O.S. MARDEN

L'ATTITUDE VICTORIEUSE

Chapitre I
L'attitude victorieuse

Quelle serait la puissance de l'esprit s'il pouvait toujours conserver son attitude victorieuse envers toutes choses ? Balayant les obstacles et s'unissant à l'énergie de l'univers, il attirerait à lui des matériaux pour construire une vie à sa propre image.

Posséder une apparence victorieuse, un maintien assuré, voilà le premier pas vers le succès, car cela inspire la confiance dans les autres aussi bien qu'en soi-même. Que la victoire se lise sur votre visage et s'exprime dans votre attitude. Comportez-vous comme quelqu'un qui a la conscience d'avoir une splendide mission à accomplir dans cette vie. Créez autour de vous une atmosphère gaie et encourageante. En d'autres termes, que votre attitude manifeste le vainqueur que vous voulez essayer d'être.

Les doutes, les craintes, l'abattement, le manque de confiance, non seulement vous nuiront dans l'esprit des autres et vous feront juger comme un être faible, mais réagiront sur votre propre mentalité et détruiront votre confiance en vous-même, votre initiative, votre efficacité.

Ce sont des délateurs, racontant à tous ceux qui vous rencontrent que vous êtes un vaincu de la vie. Une expression triomphante inspire la confiance et laisse une impression favorable. Une expression abattue, découragée, crée la méfiance et fait une impression défavorable.

Ayez l'air victorieux et vous le serez !

Si vous n'avez pas l'attitude d'un vainqueur, personne n'aura besoin de vous ; on fera la sourde oreille quand vous réclamerez du travail. Peu importe que vous soyez depuis longtemps sans travail, il vous faut conserver une attitude victorieuse, ou vous n'obtiendrez rien. Le monde n'a que faire des figures longues ou pleurnicheuses.

Il est très difficile de s’élever au-dessus de l’estimation que les gens font de nous. Une première impression mauvaise crée souvent un préjudice qu’il est ensuite presque impossible de détruire complètement. De là l’importance d’irradier toujours une atmosphère gaie, encourageante, une atmosphère qui sera une recommandation et non une condamnation.

Non pas qu’il faille tromper les autres en nous donnant l’apparence de ce que nous ne sommes pas, mais nous devrions toujours montrer notre meilleur côté et non le plus mauvais. Notre apparence personnelle est la vitrine dans laquelle nous exposons ce que nous avons à vendre, et l’on nous juge d’après ce que nous y exposons.

Une conception victorieuse de la vie, son côté triomphant, et non ses côtés désappointants ou décourageants, voilà ce qu’il faut constamment maintenir dans notre esprit, parce que c’est ce qui nous conduira vers la lumière.

Les pensées positives

Notre avancement dans la vie dépend à tel point de notre réputation, et de l’impression favorable que nous produisons sur les autres, qu’il est de la plus grande importance de cultiver une puissante vigueur mentale. C’est l’intelligence qui donne à la personnalité son ton et son caractère. Si nous cultivons la force de volonté, la décision, des pensées positives, nous ne pouvons nous empêcher de produire une impression d’autorité et de puissance, et chacun sait que ce sont ces forces qui agissent avec succès.

Si nous ne les exprimons pas par notre apparence, les gens n’auront pas confiance dans notre habileté. Ils penseront que nous sommes bons à vendre des marchandises derrière un comptoir, à travailler sous les ordres d’autrui, à faire un travail machinal, consciencieusement et avec précision sans doute, mais ils ne

nous croiront pas capables de conduire, d'administrer, de savoir nous tirer d'affaire dans les cas difficiles.

L'attitude à adopter

Ne faites ou ne dites jamais rien qui puisse laisser supposer que vous êtes faibles ou incapables. Ne montrez jamais un visage sombre, pessimiste, qui pourrait faire croire que la vie ne vous a apporté que des désappointements. N'ayez jamais l'air d'admettre par vos discours, votre apparence, votre allure, vos manières, que quelque chose ne va pas pour vous. Relevez votre tête. Marchez droit.

Regardez tout le monde en face. Peu importe que vous soyez pauvre, que vos vêtements soient usés, que vous soyez sans place, sans foyer, même sans amis, montrez au monde que vous vous respectez vous-même, que vous croyez en vous-même et que, quelque dur que puisse être le chemin, vous marchez à la victoire.

L'attitude victorieuse, triomphante, attirera à vous des ressources qu'une attitude timide, hésitante, éloignerait.

En voici un exemple :

Ignorant que seuls les membres de la Société de l'Athénée à Boston pouvaient entrer librement dans la Bibliothèque, une visiteuse s'y introduisit avec assurance, s'installa sur un siège confortable près d'une fenêtre, et passa une matinée délicieuse à lire et à écrire des lettres. Dans la soirée, elle alla rendre visite à une amie, et au cours de la conversation parla de sa visite à l'Athénée.

– Je ne savais pas que vous en fussiez membre, lui dit son amie.

– Non, répondit la dame, je n'en suis pas membre, mais quelle différence cela peut-il faire ?

– Seulement ceci, c'est que les membres seuls peuvent jouir des privilèges dont vous avez profité ce matin !

L'attitude embarrassée perd, l'attitude victorieuse gagne.

Si cette dame avait eu le moindre doute sur son droit d'entrer à l'Athénée et d'user librement de tous les avantages qu'elle offre, ses manières l'auraient trahie ; le surveillant l'aurait remarquée, et lui aurait réclamé sa carte de membre. Mais son assurance fit croire qu'elle faisait partie de la Société. Son attitude victorieuse lui avait permis de dominer la situation et de jouir de privilèges qu'elle n'aurait pu avoir autrement.

La manière d'envisager la vie

L'esprit dans lequel vous faites votre travail ou luttez contre les difficultés, la façon dont vous résolvez vos problèmes, votre manière d'envisager la vie avec courage, résolution, fermeté, ou avec timidité, doute et crainte, influeront sur votre carrière et vous conduiront à la victoire ou à l'insuccès.

Il est bon de vous comporter de telle façon qu'en vous voyant les gens puissent se dire : "Voici un vainqueur ! Voici un homme qui domine tout, et ne se laisse dominer par rien !"

Penser à vous-même comme à quelqu'un qui réussit habituellement, vous fera réussir, tout comme penser à vous-même comme à quelqu'un qui n'a pas de chance, et parler de vos insuccès et de votre mauvais sort, vous empêchera de réussir.

L'attitude de votre esprit, produite par vos pensées et vos convictions, est une force réelle qui construit ou démolit. L'habitude de vous considérer toujours comme un être heureux, la joie d'être vivant, d'habiter cette belle terre et de pouvoir y faire du bien, créera dans votre esprit une attitude productive, créatrice.

Notre mission

Nous devrions tous traverser la vie comme si nous avions été envoyés ici-bas pour remplir une mission sublime, pour aider, pour encourager. Notre conduite devrait montrer que nous sommes sur cette terre pour jouer un rôle magnifique dans le drame de la vie, pour apporter une contribution efficace au bien de l'humanité.

La majorité des gens regardent leur réussite comme improbable. Quand ils regardent autour d'eux et voient combien peu de personnes, parmi la multitude des hommes et des femmes qui peuplent la terre, ont du succès, ils se disent : “Puis-je espérer avoir plus de chance que ceux qui m'entourent ? Ces gens sont aussi habiles que moi, peut-être même plus, et s'ils n'arrivent qu'à gagner tout juste ce qui est nécessaire à leur subsistance, à quoi sert-il que je lutte contre le sort ?”

Oubliez les doutes

Quand les gens croient qu'ils ne réussiront jamais, et se conduisent d'après cette conviction, quand ils prennent leur place dans la vie non comme s'ils s'attendaient à vaincre, mais comme s'ils s'attendaient à être vaincus, est-il étonnant que le sort se tourne contre eux ?

“Fou ! Insensé ! Excentrique !” disons-nous quand quelque misérable avare meurt de faim dans la crasse et la misère, malgré les carnets d'épargne ou les monceaux d'or, cachés dans les coins ou dans les paillasses, et révélés par l'enquête du magistrat.

De telles personnes, que nous déclarons folles, insensées, excentriques, qui se restreignent, épargnent et amassent, tout en se refusant la nourriture nécessaire, sont-elles pires que celles qui entrent dans la vie avec une attitude de pauvreté et d'insuccès, refusant de voir les richesses et les gloires qui les entourent et d'en jouir ? Est-il extraordinaire que la vie leur soit un désappointement ? Est-

il extraordinaire qu'elles ne voient que ce qu'elles cherchent, qu'elles ne reçoivent que ce qu'elles attendent ?

Faites comme un bon acteur, jouez un rôle

Que penseriez-vous d'un acteur devant jouer le rôle d'un héros, et qui prendrait l'attitude d'un lâche, qui se donnerait l'expression d'un homme ne croyant pas pouvoir mener à bien ce qu'il a entrepris, en un mot, qui ne se sentirait pas apte à jouer ce rôle ?

Naturellement vous diriez : “Cet homme ne réussira jamais sur la scène, à moins qu'il n'arrive à adopter le caractère de celui qu'il doit représenter.”

C'est ce que fait le grand acteur. Il s'identifie complètement avec le personnage de son rôle. Il sent, il pense, il agit comme lui. S'il doit représenter un héros, il agit, pense et parle comme un héros. Toute son attitude inspire l'héroïsme. Et vice versa, s'il doit représenter un mendiant, il s'habille comme lui, pense comme lui, se courbe, rampe, et gémit comme un mendiant.

La prédisposition mentale

De même, si vous désirez avoir du succès, vous devez prendre l'apparence d'un vainqueur, parler, agir et penser comme un vainqueur. Vous devez irradier la victoire partout où vous allez, et maintenir cette attitude en croyant que vous réussirez dans ce que vous entreprendrez.

C'est une loi psychologique que nous attirons ce qui correspond à notre attitude mentale, à notre foi, à notre espérance, ou à nos doutes et à nos craintes. Si ceci était bien compris, et utilisé comme une force agissante dans la vie, nous n'aurions ni pauvreté, ni insuccès, ni criminels, ni hors-la-loi. Nous ne verrions pas partout des gens dont l'expression indique qu'ils n'éprouvent aucune joie à vivre, qu'ils se demandent s'il vaut la peine de lutter dans un

monde où les récompenses sont si rares et si incertaines, et les maux et les châtiments si nombreux et si certains.

Éduquez les enfants dans ce sens

On devrait enseigner à chaque garçon, à chaque fillette, à prendre dès l'enfance une attitude victorieuse. À travers toute l'éducation d'un jeune homme on devrait faire prédominer l'idée qu'il a été créé pour être un vainqueur, qu'il est un prince, puisqu'il est fils du Roi des rois et né pour une glorieuse destinée.

Nul enfant n'est vraiment éduqué jusqu'à ce qu'on lui ait appris le secret d'une vie victorieuse. Car une vraie éducation conduit à la victoire sur soi-même et à la victoire sur les circonstances.

Être jeune, c'est être un gagnant

Je suis toujours peiné lorsque j'entends un jeune homme, qui devrait être plein d'espoir et de promesses, exprimer des doutes à l'égard de sa carrière future. Il me semble que c'est une trahison envers son Créateur, car la jeunesse elle-même est une victoire, une grande prophétie, le premier stade d'un superbe épanouissement. Un jeune homme ou une jeune fille parlant d'insuccès, c'est la beauté parlant de la laideur ; la santé parlant de faiblesse et de maladie, la perfection s'occupant d'imperfection.

La jeunesse signifie la victoire, parce que tout dans la vie d'un jeune garçon ou d'une jeune fille en bonne santé est orienté vers l'avenir. Il n'y a pas de recul dans une jeunesse normale ; c'est dans sa nature de grimper, de s'élever. Son atmosphère inspire l'espoir, pour elle l'avenir renferme de splendides promesses.

Il faut avoir la foi

Si l'on inculquait à tous les enfants une conception triomphante de la vie, une foi si inébranlable dans leur filiation divine que rien ne puisse les décourager, nous n'entendrions plus parler d'insuccès. Si on leur faisait comprendre qu'il n'y a qu'un insuccès à craindre, l'insuccès dans le bien, l'insuccès dans le développement du caractère, dans la manière d'ennoblir et d'enrichir sa vie, ce monde serait un paradis.

Pensez à ce qui arriverait si tous les déprimés d'aujourd'hui, tous ceux qui sentent qu'ils ne donnent pas ce qu'ils auraient pu donner, pouvaient s'assimiler cette idée d'une vie victorieuse et triomphante, s'ils pouvaient se rendre compte de toutes les forces qu'ils possèdent et prendre l'attitude triomphante: ils ne se résigneraient plus à se traîner. S'ils pouvaient jeter un regard sur leur origine divine, comprendre les forces sublimes qu'ils possèdent, ils ne voudraient plus rien avoir affaire avec les haillons de leur pauvreté.

Il faut toujours se battre

Mais au lieu d'essayer d'améliorer leur condition, de se sortir de leur atmosphère de pauvreté et d'insuccès, ils s'y confinent toujours plus, et s'enfoncent toujours plus profondément dans les fondrières qu'ils ont eux-mêmes creusées. Partout, nous rencontrons des gens malheureux et misérables qui se plaignent de tout, qui déclarent que "la vie ne vaut pas la peine d'être vécue", que "le jeu n'en vaut pas la chandelle", que "la vie est une tromperie, un jeu où l'on perd toujours".

Non, la vie n'est pas un jeu où l'on perd ; elle est un gain quand on la prend du bon côté. C'est le joueur qui est en défaut. Il n'est pas parti du bon pied. On ne lui a pas inculqué, dès son enfance, que ce qu'on veut voir se produire dans la vie doit d'abord être créé mentalement, et

que c'est dans le for intérieur de l'homme et de la femme que s'élaborent les actes créateurs de la vie.

Le cerveau : un outil pour avancer

Ce que l'homme fait avec ses mains est secondaire ; c'est ce qu'il fait avec son cerveau qui importe. Beaucoup d'entre nous n'ont jamais appris à créer avec leur intelligence. Nous attachons trop d'importance à ce que nous créons avec nos mains, ou à l'aide que les autres nous donnent. Nous dépendons trop des choses extérieures quand la source de la vie, la puissance qui fait mouvoir le monde des hommes et des choses réside en nous.

Surmontez les obstacles, allez de l'avant

Il y a des moments où nous ne voyons plus le chemin, où nous sommes complètement enveloppés parles brouillards du découragement, du désappointement et de l'insuccès, mais il y a une chose que nous pouvons toujours faire, et cette chose sera notre salut, c'est regarder continuellement, avec persistance et détermination vers le but, que nous le voyions ou non. C'est notre seule chance de surmonter nos difficultés. Si nous tournons le dos au but, nous marchons droit au désastre.

Peu importe les obstacles que vous pourrez rencontrer sur votre chemin : si vous regardez en haut, et si vous luttez vaillamment, vous ne pouvez manquer de réussir. Quoi que vous fassiez pour gagner votre vie, que ce soit le sucs ou l'insuccès qui vous attende, gardez l'attitude victorieuse et allez de l'avant.

Ayez confiance en vous et en votre attitude victorieuse

Un capitaine ne saurait s'attendre à gagner le port en tournant son vaisseau pour fuir le brouillard, sous prétexte

qu'il ne voit plus son chemin. De même, vous ne pouvez vous attendre à arriver au but si vous abandonnez votre attitude victorieuse et tournez le dos à ce but, parce que vous avez rencontré le brouillard du désappointement ou de l'insuccès.

Le seul espoir qu'ait le capitaine d'atteindre sa destination est de rester fidèle à la boussole qui le guide, dans le brouillard et l'obscurité aussi bien que dans la lumière. Il se peut qu'il ne voie pas le chemin, mais il peut toujours se fier à la boussole.

De même, nous pouvons faire face à la vie en gardant l'attitude victorieuse, la seule qui assure notre sûreté et nous conduise au port.

Chapitre II
“Selon votre foi”

“Où il y a la Foi, il y a l’Amour ;
Où il y a l’Amour, il y a la Paix ;
Où il y a la Paix, il y a Dieu ;
Où il y a Dieu, rien ne manque.”

Il y a en nous une voix divine qui ne parle que lorsque toutes les autres voix se taisent, elle ne délivre son message que dans le silence.

“J’étudierai le droit, disait un jeune ambitieux, et ceux qui ont déjà embrassé cette profession n’auront qu’à se bien tenir !”

La primauté de la foi

La divine confiance de la jeunesse, sa foi inébranlable qui croit toute chose possible, fait souvent sourire les gens cyniques et désabusés. Cependant elle est le plus grand et le plus utile attribut de l’homme, le plus beau don du Créateur à l’humanité. Si nous pouvions conserver pendant toute notre vie la foi de la jeunesse, sa confiance dans la réalisation de son idéal, quels miracles nous pourrions accomplir! Une telle foi nous rendrait littéralement capables de remuer des montagnes.

À travers toutes les Écritures, la foi est dépeinte comme une puissance formidable. C’est par la foi que Moïse fit sortir d’Égypte les enfants d’Israël et les conduisit dans le désert, après leur avoir fait traverser la Mer Rouge. C’est par la foi qu’Élie, Ésaïe, Daniel et tous les grands prophètes ont accompli leurs miracles.

Ayez la foi et vous aurez tout ce que vous voulez

La foi était la caractéristique du Christ lui-même. La Parole qui se trouvait constamment sur ses lèvres était : “Il te sera fait selon ta foi.” Il s'en référait souvent à elle pour indiquer ce que nous pouvons recevoir dans la vie, de même que pour sa carrière de Médecin et de Libérateur. Chaque fois qu'il opérait une guérison, il mettait l'accent sur la foi du guérisseur et de celui qui avait été guéri.

“Ta foi t'a guéri.” “Crois seulement et tu seras guéri.” “Ta foi t'a sauvé.” Ou il reprochait à ses disciples leur manque de foi qui les empêchait de guérir, en leur disant : “O ! génération perverse et incrédule, jusqu'à quand serai-je avec vous et vous supporterai-je !”

La foi croit, le doute craint. La foi crée, le doute détruit. La foi ouvre la porte à toutes les choses désirables de la vie, le doute les ferme. La foi éveille et stimule nos forces créatrices. La foi est le lien qui, dans le for intérieur, unit l'homme à son Créateur ; elle est le divin messager envoyé pour guider les hommes, aveuglés par le doute et le péché. Notre foi nous met en contact avec la Puissance Infinie ; elle ouvre la voie à des possibilités et à des ressources illimitées.

Nul ne peut s'élever plus haut que sa foi. Nul ne peut faire une chose plus grande que celle dont il se croit capable. Le fait qu'une personne croit implicitement qu'elle pourra accomplir une chose impossible aux autres, montre qu'il y a en elle la certitude qu'elle possède la force nécessaire à l'accomplissement de ses desseins.

La foi apporte la puissance

Des hommes qui ont accompli de grandes choses ne pouvaient rendre compte de leur foi ; ils ne pouvaient dire pourquoi ils avaient une foi invincible dans le succès de leurs efforts. Mais le simple fait qu'ils avaient une telle foi prouve avec évidence qu'ils avaient eu l'intuition d'une

puissance en réserve garantissant cette foi, et ils ont pu aller de l'avant, avec une confiance implicite qu'ils réussiraient. Leur foi avait été en contact avec quelque chose de divin dépassant les limites ordinaires.

Les hommes et les femmes qui ont laissé une trace dans ce monde ont obéi implicitement à leur foi, quand ils ne voyaient aucune lumière ; leur guide invisible les a conduits, à travers le désert du doute et des difficultés, dans la terre promise.

La foi, c'est la garantie de la réussite

Quand nous commençons à exercer notre foi, notre confiance en nous-mêmes, nous stimulons et augmentons la force des facultés qui nous rendront capables de faire des choses qui nous paraissaient impossibles. Notre foi concentre nos pensées sur un but et développe en nous la puissance nécessaire pour l'atteindre.

La foi nous dit que nous pouvons avancer sûrement, même quand nos facultés mentales ne perçoivent aucune lumière, aucun encouragement. C'est un guide divin qui ne nous égare jamais. Mais nous devons être sûrs que c'est bien la foi, et non simplement l'égotisme, ou un désir égoïste qui nous pousse.

Il y a une grande différence entre ces 2 choses, et celui qui est absolument sincère ne peut s'y tromper.

Avec la foi, nous pouvons atteindre l'idéal

Quand nous faisons ce qui est bien, quand nous sommes sur la bonne voie, notre foi dans l'ordre divin des choses ne faiblit jamais. Elle soutient dans des situations qui mèneraient l'égoïste au désespoir. L'homme qui ne voit pas l'Inspirateur derrière le dessein, qui ne voit pas l'Intelligence suprême derrière toute chose créée, ne peut

pas avoir cette foi sublime qui soutient ceux qui accomplissent de grandes œuvres dans ce monde.

Notre but suprême devrait être d'acquérir tout ce que la vie renferme de bon, dans le meilleur sens du mot, et ce but, nous ne pouvons l'atteindre sans une immense foi dans l'Infini. Ce que nous ferons sera grand ou mesquin, selon la mesure de notre foi. C'est l'homme qui croit en la Source de tout bien qui croit le mieux en lui-même ; c'est l'homme qui voit le bien partout, qui sait voir l'être divin dans chaque homme, qui a confiance en tout le monde, qui est le maître de tout.

Le sceptique, le pessimiste, n'ont point de foi, point de ce divin enthousiasme que donne la foi, point de ce zèle qui maintient l'homme de foi intact à travers les plus terribles épreuves.

Dieu, le Créateur, nous a réservé le meilleur

Si nous n'avons pas confiance dans la sagesse du grand plan universel, nous ne pouvons avoir beaucoup de confiance en nous-mêmes. Pour donner le meilleur de nous-mêmes, nous devons croire qu'il existe un courant qui nous entraîne vers Dieu, en dépit de tout ce qui pourrait nous faire croire le contraire.

Nous devons croire que les plans du Créateur ne seront pas déjoués, et que toutes choses travaillent ensemble pour le bien, en dépit des guerres et des crimes, de la pauvreté, de la souffrance et de la misère qui semblent le contredire.

La foi constante en une Puissance qui fera triompher le bien, qui fera disparaître la discorde et rétablir l'harmonie, a toujours existé chez les hommes et les femmes qui ont fait de grandes choses dans ce monde, surtout quand ils les ont faites en dépit des plus grandes difficultés et des plus dures épreuves.

C'est une foi inébranlable qui a fait de grands hommes

Quelles que soient les qualités qui aient pu leur manquer, les grands caractères ont toujours eu une foi sublime. Ils ont eu foi dans la nature humaine. Ils ont eu foi dans les hommes. Ils ont cru en une Intelligence bienfaisante, gouvernant tout l'univers.

Quelques-unes des plus importantes réformes, dans l'histoire, ont été accomplies par des hommes et des femmes faibles et délicats, qui, non seulement n'obtenaient aucun encouragement, mais devaient lutter contre une formidable opposition. Ils ont agi, espéré et lutté jusqu'à la victoire. Ils n'auraient pu accomplir la tâche herculéenne dont ils s'étaient chargés, sans la foi instinctive, constante, en un Pouvoir supérieur au leur, un pouvoir luttant pour le bien, et les soutenant.

À l'image de l'apôtre Paul

Pensez à ce que la foi de saint Paul l'a rendu capable de faire pour le monde ! Pensez à ce que la petite troupe des disciples choisis par le Christ a pu accomplir, en dépit du pouvoir romain ligué contre eux ! La puissance des grands bienfaiteurs de l'humanité provenait de leur foi en leur mission, de la certitude qu'ils avaient d'avoir été envoyés pour délivrer un certain message au monde, pour apporter une importante contribution à la marche de la civilisation.

Pensez à la foi d'un inventeur ! Elle le maintient à sa tâche, l'encourage quand il est sur le point de mourir de faim, quand sa famille se détourne de lui, quand ses voisins le traitent de fou. Pensez à ce que la foi d'un Colomb, d'un Luther, d'un Wesley a accompli pour l'humanité ! Ce sont toujours des hommes à la foi indomptable qui ont fait mouvoir le monde. Ils ont été les grands pionniers du progrès.

À l'origine de toutes les réalisations et les découvertes était la foi

Une foi instinctive dans la Force divine qui pénètre tout l'univers, qui soutient le bien et lutte contre le mal, a toujours été l'aide invisible qui a soutenu, encouragé, stimulé les hommes et les femmes pour leur faire accomplir “l'impossible”, ou ce qui semble à des natures inférieures au-dessus des capacités humaines.

C'est elle qui soutient de braves âmes dans l'adversité, et les rend capables de supporter, de croire, d'espérer et de lutter, quand tout semble se liguer contre elles. C'est elle qui soutenait le martyr sur le bûcher, et le rendait capable de sourire au milieu de ses souffrances.

La foi a toujours été la plus grande puissance de civilisation. Elle a construit nos chemins de fer ; elle a révélé les secrets de la nature à la science ; elle a frayé la voie à toutes nos inventions et découvertes ; elle a fait surgir le succès des conditions les plus défavorables.

La foi, une puissance au quotidien

En réalité, tout ce qui a été accompli, nous le devons à la foi. Et cependant, quand nous en venons à son application dans la vie journalière, combien peu d'entre nous savent se servir de cette puissance formidable ! La grande majorité des gens cherchent de l'aide dans une puissance extérieure, tandis que nous possédons la clef qui a toujours ouvert, et qui ouvrira toujours toutes les portes aux âmes qui aspirent à quelque chose de meilleur.

Si les gens pouvaient seulement réaliser quelles forces puissantes et créatrices résident dans la foi, et s'ils voulaient l'expérimenter dans leur vie journalière, nous aurions peu de pauvres, peu de malades, peu de criminels parmi nous.

Si, par quelque puissance magique, une foi forte et vigoureuse pouvait être inoculée aux hommes et aux femmes qui forment la grande armée de l'insuccès

aujourd’hui, la plus grande partie d’entre eux sortiraient de cette armée, et entreraient dans celle des victorieux.

Cultivez la foi

Ce n’est pas seulement pour notre travail, ou pour de grandes entreprises que la foi est nécessaire, nous en avons besoin à chaque moment de notre vie, pour toutes les choses, grandes et petites, qui nous concernent. Elle est aussi nécessaire pour notre santé que pour notre succès.

Cultivez la foi, la foi dans la nature humaine, la foi en vous-même, en votre habileté. Croire que vous êtes sain, que votre jugement est droit, que votre bon sens est développé, que vous êtes organisés pour la victoire et pour atteindre votre but, c’est ouvrir un chemin au succès.

Ce n’est pas quand un homme perd ses biens matériels, quand il ne réussit pas dans ses entreprises, mais quand il perd la foi en lui-même, qu’il commence à dégénérer, à glisser vers l’insuccès.

Pourquoi la foi accomplit des merveilles

La raison pour laquelle la foi accomplit des merveilles, c’est qu’elle est la conductrice des qualités mentales. Celles-ci ne veulent pas avancer, à moins que la foi ne marche devant elles. La foi est la base du courage, de l’initiative, de l’enthousiasme. La puissance de Napoléon et ses premiers succès sont dus en grande partie à la foi qu’il avait dans sa mission, à la conviction qu’il était né sous une heureuse étoile, né pour être un conquérant.

Sans cette foi, il n’aurait pas eu plus de puissance dans le gouvernement des affaires humaines que le plus modeste officier de son armée. Quand ses généraux le suppliaient de ne pas s’exposer aux coups de l’ennemi, il répondait que le boulet de canon qui tuerait Napoléon n’avait pas encore été

fondu. Cette foi invincible dans sa destinée augmentait étonnamment ses pouvoirs naturels.

C'est la conviction qu'elle avait été choisie par Dieu, pour délivrer la France de ses ennemis, qui permit à Jeanne d'Arc, la petite paysanne ignorante de Domrémy, de sauver son pays. Sa foi dans sa mission divine lui donna une dignité et une force de caractère miraculeuses, un génie positif qui contraignit tous les généraux de l'armée française à lui obéir, comme de simples soldats obéissent à leurs supérieurs. La foi en elle-même et en sa mission transforma la jeune paysanne en un des plus grands chefs militaires de son temps.

Chaque être humain est prédestiné à avoir la foi

Sans aucun doute, tout être humain vient dans ce monde pour remplir une mission. Nous ne sommes pas des marionnettes jetées accidentellement dans le monde pour être souffletées par la chance ou par un sort cruel. Nous faisons partie du grand plan universel. Nous avons notre rôle à jouer.

Nous sommes investis d'un message que nul autre que nous ne peut délivrer à l'humanité, et la foi en notre mission, la persuasion que nous sommes des facteurs importants du grand plan créateur, que nous sommes, en fait, coopérateurs avec Dieu, accroîtra étonnamment la dignité, l'efficacité de nos vies, et nous rendra capables d'accomplir "l'impossible".

Avoir la foi devrait être naturel

Si chaque enfant était élevé dans la ferme persuasion qu'il a été créé pour la santé, le bonheur, le succès, si on faisait pénétrer en lui l'idée qu'il ne doit jamais entretenir un doute à cet égard, devenu homme, il aurait beaucoup de confiance en lui-même, et cette confiance augmenterait son

habileté, unifierait ses facultés, clarifierait sa vision et lui permettrait d'obtenir tout ce que son cœur désirerait.

La foi d'un enfant est instinctive, et si on ne la détruisait pas par une mauvaise éducation, elle se maintiendrait toute sa vie. Nous trouvons cette sorte de foi instinctive chez les animaux inférieurs. Prenez par exemple la poule. Voyez avec quelle patience elle reste sur ses œufs, semaine après semaine, jusqu'à ce que les poulets soient éclos.

Elle n'a pas vu les poulets quand elle a commencé à couver, mais la confiance qu'ils viendraient, si elle faisait son devoir, l'a conduite à aliéner sa liberté pendant des semaines, à rester parfois sans manger, afin de conserver aux œufs la température nécessaire pour les faire éclore.

Persévérez dans ce que vous faites

Le malheur est que la plupart d'entre nous n'ont pas une foi suffisante dans la Puissance créatrice d'où procède la ferme détermination de faire une chose. Nous cédons trop facilement au découragement. Nous n'avons pas assez de force vitale et de persévérance pour tenir bon, même dans des conditions difficiles. Nous désirons voir clair du commencement à la fin dans tout ce que nous entreprenons. Nous refusons d'avoir la foi.

Cependant, la plupart du temps, nous devons travailler sans voir le but, mais si l'attitude mentale est bonne, nous savons que tôt ou tard nous obtiendrons ce que notre cœur désire.

Le programme de ce que nous sommes capables d'entreprendre, le catalogue de nos capacités, les signes des réalités correspondantes nous ont été révélés, car la foi n'est pas un rêve, une image illusoire créée par l'imagination.

Nous n'avons pas été trompés par un idéal et des aspirations qui n'aient aucune réalité possible. La foi n'est

pas une tromperie. Notre habileté est proportionnée à notre foi.

La foi plonge au dedans de nous

Dans notre dévotion à notre vision intérieure, dans le désir intense et la concentration de nos efforts pour accomplir ce que nous croyons être notre mission ici-bas, réside ce qui fortifie le caractère, ce qui donne de l'équilibre et du repos à l'intelligence, et nous aide à réaliser notre mission.

Selon toute probabilité, l'iceberg qui envoya le *Titanic* avec ses 1600 passagers au fond de l'Océan, ne ressentit pas la moindre secousse du choc qu'il produisit. Plus des $^{7}/_{9}$ de sa masse était au-dessous de l'eau, profondément enfoncée dans le calme éternel des profondeurs de la mer, à l'abri de l'atteinte des orages ou des tempêtes.

Comme l'iceberg géant, la foi plonge au dedans de nous dans les profondeurs du calme éternel de l'âme. Elle ne peut être troublée par les commotions qui se produisent à la surface. Une vie basée sur la foi avance fermement, triomphalement à travers les tempêtes et les ouragans de l'existence.

Avoir la foi, c'est être ferme dans les déterminations

Constamment, vous aurez à affronter des choses qui tendront à détruire votre foi en Dieu et votre foi en vous-même. Bien souvent dans la vie, tout ce que nous pouvons faire est de tenir fermement la main du Guide divin, jusqu'à ce que nous ayons traversé la zone des tempêtes.

Nous avons à attendre, à nous détourner des soucis et des chagrins de la vie, pour regarder du côté de la lumière. Nous avons à apprendre à mépriser les critiques, aussi bien

que les assauts de la crainte et du doute, et à avancer fermement vers le but.

Si vous essayez de lutter pour vous instruire, si vous faites des efforts désespérés pour réaliser votre ambition, quelle qu'elle soit, vous ne manquerez pas de pessimistes qui vous prédiront l'insuccès. Ils vous diront qu'on ne peut se lancer dans les affaires sans un capital, que vous ne pourrez poursuivre vos études, et que vous n'arriverez jamais à obtenir ce que vous avez rêvé.

Vous rencontrerez beaucoup d'obstacles et d'oppositions ; il vous faudra une grande dose d'énergie et de volonté pour poursuivre malgré tout, et c'est alors que la foi vous aidera.

Ayez foi en vous-même

Souvenez-vous que ce n'est pas la foi que les autres ont en vous, mais la foi que vous avez en vous-même qui compte. Il est bon que les autres aient une bonne opinion de vous, qu'ils aient foi en vous et au succès de vos efforts, mais cette foi n'est pas absolument nécessaire, tandis que la nôtre l'est.

Aucun homme ne peut rien obtenir, et rien faire de grand dans ce monde, sans avoir la foi en lui-même, sans être persuadé qu'il est sur la bonne voie, et qu'il fait les choses qu'il devait faire. Il faut de la foi pour voir le chemin par-dessus les obstacles et les difficultés, pour braver l'opposition, et ne permettre à quoi que soit de nous arrêter dans notre course.

Vous ne pouvez empêcher de réussir celui qui a une foi invincible dans sa mission. Vous ne pouvez détruire la foi qui lutte contre les difficultés, qui ne faiblit jamais dans l'épreuve ou l'affliction, qui va de l'avant quand tous les autres tournent le dos, qui se relève plus forte chaque fois qu'elle a reçu un coup.

Rien n'est impossible

Les écrits sacrés de Confucius racontent qu'un fervent disciple du Maître, parti pour aller le rejoindre, fut arrêté dans son voyage par une large rivière. Comme il ne savait pas nager et ne pouvait se procurer un bateau, le zélé disciple résolut de marcher sur les eaux. Persuadé de la nécessité d'arriver jusqu'à son Maître, et plein de zèle pour accomplir sa mission, il se lança fièrement dans l'entreprise – et réussit. Ce miracle est tenu par les disciples de Confucius pour aussi authentique que la marche du Christ sur les eaux racontée par la Bible.

Si, comme ce zélote, vous avez la foi dans votre puissance pour surmonter les difficultés, rien ne vous retiendra loin du but ; si, comme Jeanne d'Arc, vous croyez que vous avez été désigné par Dieu pour accomplir une certaine œuvre, cette certitude vous aidera merveilleusement. Elle donnera de la dignité à votre vie et à vos efforts, et vous délivrera de la tentation de gaspiller votre temps en poursuites frivoles.

La foi, c'est notre meilleure alliée

Gardez votre foi quoi qu'il arrive, c'est votre meilleure amie. Semblable à l'aiguille aimantée de la boussole qui se tournera vers le nord quelque intense que soit le brouillard, quelque sombre que soit la nuit, quelque menaçante que soit la tempête, votre foi trouvera le chemin, même si vous ne pouvez pas le voir.

Nous commençons à entrevoir que la foi est une force aussi réelle que l'électricité. La foi transporte les montagnes – montagnes de difficultés, de doutes, de méfiance. Elle débarrasse la voie de toutes les obstructions ; d'une pierre d'achoppement, elle fait un marchepied. La foi est le plus puissant, le plus sublime des attributs humains. Elle est le principe fondamental de la vie.

Elle est la base de la santé, du succès, du bonheur, de l’amour lui-même. Elle croit en l’être aimé, en dépit de toutes ses fautes. C’est la foi qui guérit, qui accomplit, qui espère.

Le sentiment d’harmonie existant entre nous et notre Dieu qui nous donne une assurance, une sensation de protection et de sécurité que rien d’autre ne peut donner, naît de notre foi en Celui en qui nous avons la vie, le mouvement et l’être.

La part de divinité en chacun de nous

Nous devons réaliser et apprécier de plus en plus notre divinité, le fait que nous avons été créés à l’image de notre Créateur, et que nous participons à ses qualités. Alors, nous aurons plus de foi en nos pouvoirs.

Quand nous sommes conscients d’avoir ces qualités, nous pouvons nous élever au-dessus des limitations apparentes, au-dessus de la faiblesse héréditaire.

Il faut, avant tout, maintenir la pensée juste, la pensée qui construit, qui crée, qui produit, la pensée que nous avons en nous des possibilités illimitées, qui peuvent être réalisées. Une foi sublime en nous-même est absolument indispensable à l’accomplissement de toute grande œuvre.

Ne permettez à personne d’ébranler votre foi en vous-même ; c’est elle qui vous met en communion plus étroite avec Dieu. Aucune magie n’égale celle de la foi ; elle élève, affine et multiplie la puissance de toutes les autres facultés.

Que nous commencions l’ascension de la vie, ou que nous redescendions la colline en envisageant la transition que nous appelons la mort, la foi est notre soutien, le guide le plus sûr qui nous conduira au *home* où tous les désirs de nos cœurs seront réalisés.

La foi pour affronter l'au-delà

Si vous avez une grande foi, vous ne craindrez rien, même en traversant la vallée de l'ombre de la mort, car la foi vous conduira dans la lumière. La Puissance qui vous a gardés à chacun des moments de votre existence, et sans laquelle vous n'auriez pu exister une seconde, ne vous abandonnera certainement pas au moment où vous en aurez le plus besoin.

Si vous dites à votre enfant de se jeter dans vos bras, il n'hésitera pas, même s'il fait assez sombre pour qu'il ne puisse vous voir. Il s'élancera parce qu'il a foi en vous, parce qu'il sait qu'il ne risque rien en faisant ce que vous lui commandez.

Pourquoi aurions-nous peur de nous jeter dans les bras du Dieu infini, quand nous arrivons à la porte de la mort qui n'est que la porte d'entrée dans une autre vie ? Pourquoi craindrions-nous de traverser la vallée qui conduit à la vie nouvelle, quand nous savons que Dieu, qui est notre Père, est de l'autre côté, et que ses bras sont ouverts pour nous recevoir ?

Chapitre III
Le doute est un traître

La foi est le flambeau qui éclaire le chemin quand les autres facultés ne peuvent le voir.

C'est l'habitude de douter et de considérer le côté sombre, déprimant, désespéré des choses qui tue l'effort et qui paralyse l'ambition.

Il y a en nous un courant divin qui voudrait toujours se diriger vers Dieu, toujours nous conduire vers notre vrai bien, si nous ne l'empêchions pas ou ne le détournions pas par nos doutes et nos craintes.

Celui qui a vaincu le doute et la crainte a vaincu l'insuccès.

James ALLEN.

Rejetez le doute

Lorsqu'on reprochait à l'agnostique David Hume son inconséquence, quand il allait entendre prêcher John Brown, le ministre écossais orthodoxe, il répliquait : “Je ne crois pas tout ce qu'il dit, mais lui le croit, et une fois par semaine j'aime entendre un homme qui croit ce qu'il dit.”

Un mensonge énoncé avec conviction sera cru, tandis qu'une vérité proclamée avec une voix faible et hésitante sera mise en doute. Une marchandise de valeur offerte timidement, d'une manière hésitante, ne se vendra pas, parce que cette façon de la présenter inspirera des doutes à l'acheteur.

J'avais l'habitude d'aller à la pêche à la truite avec 2 hommes, dont l'un répétait constamment qu'il n'avait point de chance et qu'il n'attraperait jamais aucun poisson. Ses doutes le rendaient totalement incapable d'avoir quelque succès. Il ne prenait pas assez d'intérêt à la pêche pour

étudier les habitudes de la truite et ses endroits préférés. Il ne connaissait pas la meilleure manière de l'attraper.

Ses doutes, quant à son habileté, le conduisaient à l'indifférence et à l'insuccès. Mon autre compagnon, lui, était absolument sûr que, n'importe où se trouverait une truite, il la capturerait. Pendant des années, il avait étudié les habitudes de ce poisson. Il connaissait exactement la pierre vers laquelle il devait lancer son hameçon, et de quelle manière il devait le lancer pour ramener la truite. Lorsqu'il péchait dans la même rivière que l'autre pêcheur indifférent et douteur, il prenait 10 fois plus de poissons que lui.

Si vous doutez de vos aptitudes, si vous gardez par dévers vous une issue en cas de défaite, si vous manquez d'une décision ferme, votre succès sera incomplet, et vous ne serez jamais capable de vous élever au-dessus de la médiocrité.

Nos pires ennemis ne sont pas au dehors de nous, mais au dedans de nous. Tout être humain donne asile à un traître, toujours en éveil pour contrecarrer ses désirs et le détourner de son but. Ce traître est le doute.

Le doute est un ennemi subtil qui tue l'initiative et la confiance en soi-même

À l'entrée de votre carrière, vous devez vous faire à l'idée que vous aurez toujours à lutter contre certains ennemis mentaux qui essayeront de vous dissuader d'entreprendre ce dont vous êtes cependant capable.

Le doute est le plus tenace d'entre eux, et il vous harcèlera jusqu'à la tombe. L'homme ou la femme qui n'est pas assez fort pour résister à ses attaques insidieuses, ne sera jamais capable d'accomplir la tâche que le Créateur lui avait dévolue ici-bas.

Celui qui redoute toujours les conséquences de ses actes, ou qui se demande constamment s'il est vraiment capable de faire ce qu'il a entrepris, ne sera jamais qu'un

être faible et débile. Le doute est un ennemi subtil qui tue l'initiative et la confiance en soi-même, et sans ces qualités dominantes, aucun être humain ne peut donner sa mesure.

Sans le doute qui détruit tout élan, l'initiative, au lieu d'être si rare, serait une vertu commune à toutes les classes. Les $^{9}/_{10}$ des gens de capacité moyenne sont empêchés, par les suggestions du doute, de montrer ce dont ils sont capables. S'il était possible de chasser de l'esprit humain ce spectre qui se tient à la porte de nos espérances, de nos résolutions, qui étend son ombre funeste sur notre vision, la civilisation avancerait par sauts et par bonds.

Le doute nous détruit

Le doute est responsable de plus de suicides, de plus de misères, de plus d'insuccès, de plus de banqueroutes que toute autre chose. Il empêche de partir ceux qui sentent qu'ils devraient s'engager dans une certaine voie, en leur suggérant qu'ils doivent encore réfléchir et considérer s'ils ne devraient pas choisir une autre voie qui paraît plus facile et plus agréable. Il les effraye en leur inspirant la crainte de ne pas réussir, et finalement les pousse dans le sentier plus facile de la médiocrité.

Le doute a tué plus de splendides projets, détruit plus d'ambitions, étranglé plus de génies, neutralisé plus de superbes efforts, ruiné plus d'intelligences que tout autre ennemi de l'humanité.

Parlez des victimes et des esclaves de la boisson ! Le doute fait encore plus de victimes qu'elle. Partout nous voyons retenus dans des positions inférieures, des commis perpétuels, des hommes de peine mécontents, des coupeurs de bois, paralysés au début de leur carrière par ce traître qu'ils n'ont jamais appris à étrangler, à neutraliser par ses contraires : la foi, l'espérance, la confiance, l'assurance.

Combien de milliers d'employés, végétant aujourd'hui dans la médiocrité, auraient pu s'établir, sans ce grand

ennemi qu’ils portaient en eux ! Combien déjeunes gens bien doués auraient pu être l’honneur de la chaire ou du barreau, s’ils n’en avaient pas été empêchés par ce traître !

Les caractéristiques de celui qui doute

Quand les occasions se présentaient, ces douteurs étaient effrayés ; ils n’osaient pas courir la chance ; ils attendaient plus de certitude. Ils ne comprenaient pas que l’occasion est une jeune fille qui aime les soupirants fiers, courageux, pleins de confiance en eux-mêmes, et qui ne se livre pas aux timides, aux hésitants, aux soupirants qui se méfient d’eux-mêmes.

Trop tard ils ont compris que, tandis que le douteur vacille et hésite, se demandant s’il ose avancer, le courageux, l’intrépide s’élance et gagne, car les grands prix de la vie sont pour les courageux, les intrépides, ceux qui ont confiance en eux-mêmes.

Rien ne décourage mieux la race humaine que le doute, l’incertitude, ou la crainte de ne pas réussir.

Le doute est l’ennemi du progrès

Ce sont les pires ennemis de tout progrès. Ils murmurent à l’oreille du jeune garçon et de la jeune fille pauvre qui désirent s’instruire que c’est folie à eux de penser aller au collège ou à l’université, sans argent et sans personne pour les aider. Ils leur citent les noms d’une quantité d’hommes et de femmes ayant fait des études, et qui ne trouvent point d’emploi.

Peu importe ce que vous avez l’intention de faire, l’entreprise dans laquelle vous voudriez vous engager, les plans que vous formez, le doute traître essayera de vous dissuader. Il vous suggérera combien d’autres ont entrepris des choses semblables et n’ont pas réussi.

Il vous dira qu'il ne faut pas vous hâter, que c'est folie d'entrer dans les affaires à une époque comme la nôtre, que vous devriez attendre que vous soyez mieux préparé et que vous ayez un capital ; bref, il vous montrera tous les obstacles que vous rencontrerez sur votre route, et vous engagera à réfléchir mûrement avant de prendre une décision.

Qui pourra estimer combien d'inventions et de merveilleuses découvertes, qui auraient émancipé l'humanité de l'esclavage de conditions pénibles, ont été annihilées par ce traître ?

Le doute tue l'activité, décourage l'ambition, et détruit ou neutralise la plus forte puissance cérébrale.

Le doute est l'ennemi du courage

Ce malin ennemi de l'humanité est en si étroite relation avec la crainte, qu'il est presque impossible de tirer une ligne de démarcation entre les 2. Ce sont des jumeaux. Partout où le doute fait son entrée, il introduit sa sœur la crainte, et la crainte amène avec elle toute sa famille: le souci, l'anxiété, le découragement. Un seul jour de doute, de crainte, de méfiance envers lui-même, dépouillera un homme de tout ce qu'il aura acquis pendant plusieurs mois.

Des multitudes de gens souffrent aujourd'hui de la fatale maladie de la dépréciation de soi-même, dont les germes lui ont été fournis par le doute. Toutes les victimes du découragement, tous ceux qui souffrent de mélancolie, tous ceux qui traversent la vie déprimés, désespérés, sont les auteurs de leur propre misère, parce qu'ils se sont laissé empoisonner par le doute.

Les Thomas douteurs n'arrivent jamais à rien, parce qu'ils n'ont point de vision, et "sans vision le peuple périt". Celui qui veut faire quelque chose de bien en ce monde doit avoir une vision, et le courage nécessaire pour la faire surgir dans la réalité.

Le courage est le grand meneur dans le royaume mental. Tout ce qui le paralyse détruit l'initiative et l'habileté. Le doute est son grand ennemi ; il suggère la prudence au moment où tout dépend de la hardiesse et de l'audace.

La prudence est une bonne chose, mais lorsqu'elle est portée à l'excès, elle cesse d'être une vertu, et devient presque un vice. Elle peut rendre ineffective plus d'une noble qualité.

La faiblesse est la conséquence du doute

Nous sommes des créatures d'habitudes, et quand nous laissons pénétrer dans notre esprit des doutes sur notre habileté à faire les choses que nous savons faire, nous prenons l'habitude de croire que nous ne pouvons pas les faire, et quand nous pensons que nous sommes incapables, nous devenons incapables. Lorsqu'un homme commence à écouter ses doutes, il commence à faiblir.

Pourquoi différer de faire les choses que vous savez parfaitement bien devoir faire ? De quoi avez-vous peur ? Même l'insuccès vaut mieux que renvoyer constamment ce qu'on devrait faire. Reculez-vous devant une responsabilité ou devant un travail supplémentaire ? Craignez-vous l'humiliation possible d'un insuccès ? Qu'est-ce qui favorise vos doutes et vous retient ? Quelles sont les fibres invisibles qui vous lient ? Ou vous chargez-vous d'un excès de bagages en vous cramponnant à des choses qui ne sont pas nécessaires et qui vous entravent ?

J'ai entendu parler d'un marin qui perdit la vie de cette manière. Il faisait partie de l'équipage d'un navire qui transportait, dans un port éloigné, une grande quantité de minerai d'or. Le vaisseau donna contre un écueil, et, quand tout espoir de le sauver ainsi que sa précieuse cargaison fut évanoui, le capitaine ordonna à l'équipage de quitter le navire qui s'enfonçait. Le dernier canot avait été mis à la

mer, mais ce marin refusa d'y descendre avant d'avoir rempli ses poches du précieux minerai.

Il disait qu'ayant été pauvre toute sa vie, il désirait enfin être riche. Dédaignant les avertissements du capitaine et de ses compagnons, qui ne pouvaient plus l'attendre, il continua à se charger d'or. Puis, voyant que les bateaux avaient pris le large, il sauta par-dessus bord, et essaya de se sauver en se cramponnant à des pièces de bois qui flottaient. Le poids du minerai l'empêcha de flotter et de nager, et la fortune qu'il n'avait pas voulu abandonner causa sa mort.

Le doute anéantit l'ambition

Je connais un homme qui depuis un quart de siècle, a pris la résolution d'entreprendre une chose à laquelle il croit. Chaque année, pendant cette longue période, il m'a répété qu'il allait entreprendre la grande œuvre de sa vie, mais le doute a si bien engendré en lui l'habitude de renvoyer, qu'il recule toujours. Il semble craindre de quitter sa routine pour essayer quelque chose de nouveau.

Maintenant ses cheveux sont gris, l'enthousiasme de sa jeunesse est parti, et il n'entreprendra jamais ce dont chacun le déclarait absolument capable.

Toute l'histoire montre que tandis que l'expérience augmente la sagesse, elle n'augmente pas toujours la foi. La jeunesse inexpérimentée entreprend souvent des choses qui font hésiter les gens plus âgés et plus expérimentés.

La confiance est la caractéristique de la jeunesse ; mais après quelques échecs et quelques désappointements, beaucoup commencent à se demander si leur confiance était basée sur un jugement sain, si leur enthousiasme et leur foi n'étaient pas la conséquence de leur manque d'expérience.

Ils commencent à douter et à craindre que l'ambition qui les pousse ne soit pas digne de confiance, et ils se demandent si elle ne serait pas un mirage destiné à les faire échouer. Ces doutes et ces craintes, cet excès de prudence,

deviennent une habitude qui a ruiné des multitudes de carrières, une habitude responsable d'un large pourcentage de facultés non utilisées.

Douter, c'est stagner

Avez-vous fait tout ce qu'il vous était possible de faire ? N'y aurait-il pas en vous quelque territoire mental qui, s'il était cultivé, réaliserait les rêves de votre jeunesse ? Pourquoi poursuivez-vous, année après année, la même routine, faisant la même chose de la même manière, écoutant le doute qui vous murmure qu'il serait téméraire d'essayer de nouvelles méthodes, d'adopter de nouvelles idées ?

Depuis combien de temps vous contentez-vous d'être un employé tout ordinaire ? Comprenez-vous que cette habitude de douter prend toujours plus d'influence sur vous, et que vous lui devrez de rester perpétuellement un simple commis ?

Plus vous resterez longtemps dans la même position, faisant le même travail, sans être promu à quelque chose de meilleur, plus cette habitude d'inertie aura de prise sur vous, et plus grandira votre doute sur la sagesse d'un changement. C'est une chose dangereuse que de tomber dans la routine.

Réveillez-vous avant qu'il soit trop tard, et commencez à mettre à exécution le plan qui vous hante depuis si longtemps, mais que le doute vous a représenté comme impraticable.

Si chaque être humain, aujourd'hui, se mettait à faire ce qu'il s'est senti parfois capable de faire, toute notre civilisation en serait révolutionnée. Tout ce qui a été accompli ne constitue que le $^{1}/_{10}$ de ce qui aurait pu être accompli si chacun avait été fidèle à sa vision, s'il ne l'avait pas laissé obscurcir par le doute.

Chassez le doute de votre mental

N’êtes-vous pas fatigué de voir vos plans contrecarrés, vos efforts enrayés par ce traître qui s’appelle le doute ? N’êtes-vous pas fatigué d’être frustré par ce voleur des bénédictions et des bonnes choses que le Créateur vous avait destinées ?

Pourquoi ne pas le chasser de votre royaume mental ! Neutralisez-le par une grande foi en vous-même, en votre mission, en votre contribution possible au bien du monde. Le doute a très peu d’influence sur les hommes du type d’un saint Paul, il ne paralyse que les faibles. Soyez donc un homme fort, capable de lui résister.

Ne permettez pas à cet ennemi de vous contrecarrer et de vous bafouer plus longtemps. Ayez une bonne conversation avec vous-même, et dites-vous : “Je ne veux pas écouter plus longtemps la voix de ce démon. Je ne lui permettrai plus de gâter les dons de Dieu à mon égard.

Réagissez

Quelque chose en moi affirme que j’ai été créé pour la victoire, non pour la défaite, pour le bonheur, non pour la misère, pour le repos d’esprit, et non pour une vie de soucis, d’inquiétudes et de craintes. Je ne crois pas que j’aie été placé ici-bas pour être le jouet des circonstances.

La foi, l’espoir et la confiance seront mes aides. Le doute est l’enfant de la crainte, et la crainte a hypnotisé la grande majorité des êtres humains, de telle sorte qu’ils n’osent pas entreprendre les tâches qu’ils sont parfaitement capables d’accomplir. À partir d’aujourd’hui, elle n’aura plus aucun pouvoir sur moi. Je n’écouterai plus sa voix perfide et déloyale.”

Allez de l'avant avec confiance et vous réussirez

Si vous voulez réussir, vous devez éviter la témérité aussi bien que la prudence excessive. Mais quand vous aurez bien considéré, sous toutes ses faces, le projet que vous aurez formé, et que vous l'aurez déclaré réalisable, ne permettez plus à la crainte et au doute d'entrer dans votre esprit.

Mettez-vous à l'exécuter, et ne regardez pas en arrière pour vous demander si vous auriez mieux fait d'entreprendre autre chose. Allez de l'avant et n'ayez aucune crainte. Votre confiance grandira à mesure que vous avancerez, et il vous deviendra comparativement facile de surmonter toutes les difficultés.

Tout enfant, tout jeune homme devraient être instruits du danger que peut leur faire courir le doute, ce fatal ennemi de l'humanité. Ils devraient être si imbus de la philosophie qui s'attend au succès et non à l'insuccès, que le doute ne puisse avoir assez de prise sur eux pour amoindrir leurs capacités et empêcher la réalisation de leurs rêves.

L'intelligence impressionnable des jeunes est trop souvent suggestionnée par l'idée de l'insuccès. La plupart d'entre nous naissent avec le germe du doute implanté dans leur cerveau.

Dites-vous que vous êtes un conquérant

Dès le début de votre carrière, mettez-vous bien dans l'esprit que vous allez être un conquérant dans cette vie, que vous serez le roi de votre royaume mental, et non l'esclave d'un traître ennemi, que vous choisirez la carrière la plus sage, sans égard aux difficultés de la route, que vous réaliserez vos ambitions, sans vous inquiéter des obstacles que vous pourriez rencontrer sur votre chemin.

Ne permettez pas au doute d'entraver vos efforts. Ne le laissez pas vous paralyser au début, et faire de vous un pygmée quand vous avez en vous l'étoffe d'un géant. La

confiance en vous-même, l’assurance, voilà les amis puissants qui tueront en vous le traître qui se nomme le doute.

Chapitre IV
Transformez vos rêves en réalités

“Toute grande âme humaine a eu sa vision et l’a méditée, jusqu’à ce que la passion de la transformer en réalité ait dominé sa vie.”

Washington, dans une lettre écrite lorsqu’il avait 12 ans, disait : “J’épouserai une belle femme ; je serai un des hommes les plus riches du pays ; je conduirai l’armée de ma colonie ; je gouvernerai la nation que j’aurai aidé à créer.”

Le général Grant, dans ses “Mémoires” raconte que lorsqu’il était un petit garçon, il vit à West Point le général Scott, monté sur son cheval, passer en revue les cadets, et qu’une voix intérieure lui dit : “Ulysse, un jour, sur cette même place, tu seras à cheval, et le général de l’armée”.

Chacun sait comment ces visions enfantines furent réalisées par ces 2 hommes.

La fortune du défunt J. Pierpont Morgan fut construite par la force dynamique de sa pensée, par la vision mentale de sa jeunesse. C’était un homme aux goûts variés et esthétiques, mais il concentra ses pensées sur la finance, et il devint le maître du monde dans cette branche.

La concentration aide à la réalisation

L’ancienne Grèce se concentra sur la beauté et l’art, et elle devint le grand modèle de beauté et le grand révélateur de l’art dans le monde. L’empire romain se concentra sur la puissance, et il devint le maître du monde. L’Angleterre se concentra sur la maîtrise des mers et du commerce, et elle devint la maîtresse des mers et la plus grande nation commerciale du monde. Les Américains forment une nation

riche, parce qu’ils se sont concentrés sur le dollar. Ils rêvent dollars, détestent la pauvreté, et soupirent après la richesse.

Sur quoi que ce soit qu’un individu ou un peuple se concentre, il tend à le réaliser, parce que la concentration est une force, tout comme l’électricité. Le jeune homme qui se concentre sur le droit pense aux lois, rêve des lois, lit tout ce qui se rapporte aux lois, assiste aux séances des tribunaux ; il est sûr de devenir un juriste.

Il en est de même pour tous les arts et pour toutes les sciences. Ceux qui se concentrent sur une idée, qui se nourrissent de leurs rêves, qui ne perdent jamais de vue leur but, quelque sombre et rebutant que puisse être le chemin, obtiennent l’objet de leur concentration. Leur intelligence devient un puissant aimant qui attire les choses qu’ils désirent. Tôt ou tard, ils réalisent leurs rêves.

Qui aurait pu empêcher Ole Bull de devenir un célèbre musicien, lui qui, petit garçon, bravait le mécontentement de son père, en se glissant hors de son lit, la nuit, pour aller dans le grenier jouer “du petit violon rouge” qui hantait ses rêves et l’empêchait de dormir ? Qui aurait pu empêcher un Faraday ou un Edison, qu’aucune difficulté n’effrayait, de réaliser les merveilleuses visions de leur enfance ?

Si vous pouvez concentrer votre pensée avec persistance, ne craignez pas de vous livrer à votre plus grande ambition, rien ne vous empêchera de la réaliser. Mais une concentration spasmodique, un enthousiasme intermittent, quelque intense qu’ils soient, n’aboutiront pas. Le rêve sans l’effort ne fait que consumer l’énergie. C’est le maintien de la vision, accompagné de l’effort persistant et concentré sur le plan matériel, qui aboutit.

Aide-toi et le ciel t’aidera

“Prépare ton rouet et ta quenouille, et Dieu t’enverra le lin,” dit un ancien proverbe. Si nous voulions seulement croire aux promesses de Dieu, et faire notre part pour

amener leur accomplissement, personne ne serait malheureux ni misérable.

Partout nous rencontrons des hommes ou des femmes désappointés, aigris parce qu'ils n'ont pas obtenu ce qu'ils désiraient, une éducation musicale ou artistique, l'instruction nécessaire pour être ingénieur, médecin, juriste, ou pour exercer toute autre vocation à laquelle ils se sentaient appelés. Ils luttent dans un milieu qui leur est contraire, maudissant le sort qui les a privés de ce qu'ils désiraient.

Ils croient que la vie les a déçus quand la vérité est qu'ils se sont déçus eux-mêmes. Ils n'ont jamais préparé le fuseau et la quenouille qui leur auraient attiré le lin avec lequel ils auraient filé une vie heureuse et complète. Ils n'ont jamais donné une forme à leurs désirs ; ils ne les ont jamais entretenus en refusant positivement de les abandonner ; par-dessus tout, ils n'ont pas fait tous leurs efforts pour amener leur réalisation.

3 choses sont nécessaires pour transformer nos rêves en réalité : avoir la vision de nos désirs, nous concentrer sur cette vision, travailler pour la faire passer dans la réalité. Les outils nécessaires pour cela sont en nous et non hors de nous. Peu importe les accidents de la naissance ou de la fortune, il n'y a qu'une seule force avec laquelle nous puissions façonner notre vie matérielle : l'intelligence.

L'abeille et le serpent tirent des matériaux de la même plante. L'un les transmue en poison mortel, l'autre en miel délicieux. La puissance qui transforme les matériaux en une nouvelle substance est dans l'abeille et dans le serpent.

Chacun de nous a le pouvoir de réussir

Sur 2 garçons ou 2 fillettes sortis du même milieu défavorable, l'un trouve moyen de s'éduquer et d'arriver à occuper une bonne place, tandis que l'autre devient un propre-à-rien. La différence réside dans le for intérieur du

garçon ou de la fillette. Les 2 ont les mêmes matériaux à leur disposition ; l'un les transmue en or, l'autre en plomb.

2 marins forcent la même brise à envoyer leur bateau dans 2 directions opposées. Ce n'est pas le vent, mais la manière de placer la voile qui détermine la direction.

Le-pouvoir qui transforme en réalités nos désirs et nos visions, ne réside pas dans notre environnement, ni dans aucune condition extérieure : il est en nous.

Dans la concentration de l'esprit sur un seul désir, il y a une force invisible, inconnue, magnétique, qui contribue à la réalisation de ce désir. Nous ne pouvons pas dire au juste ce qu'est cette force qui va chercher les forces cosmiques correspondant à nos désirs. Nous savons seulement qu'elle existe. L'éther cosmique qui nous entoure est plein de puissances insoupçonnées, et l'esprit fort et concentré s'élance dans cet éther et attire à lui des forces capables de concrétiser ses désirs.

Le rôle de l'intelligence

Tous les progrès humains ont été extraits de l'invisible par le cerveau, par l'intelligence s'emparant des matériaux mis à sa disposition, pour leur donner la forme des désirs et des projets de ceux qui ont accompli des exploits.

Toutes les grandes découvertes, les grandes inventions, les grandes actions qui ont élevé l'homme au-dessus de son existence animale, ont été le résultat de la pensée constante et de la vision de leurs auteurs. Ces grands caractères se sont cramponnés à leur vision, l'ont entretenue, jusqu'à ce qu'ils soient devenus de puissants aimante attirant à eux, par l'intelligence universelle, la réalisation de leurs rêves.

Quand le rêve devient une réalité

La plupart des grandes inventions sont dues à un éclair de la pensée. La machine à coudre, par exemple, a surgi

d'une simple idée que l'inventeur retint avec persistance dans son esprit, jusqu'à ce que, grâce à ses efforts, l'idée se fut matérialisée en une réalité concrète. Elias Howe avait l'habitude de surveiller sa femme lorsqu'elle cousait, cousait, tard dans la nuit, pour faire les vêtements de la famille, et il se demandait si une pareille corvée était absolument nécessaire.

En observant le mouvement de l'aiguille agile, il commença à se demander si ce travail, qui prenait tant de temps à sa femme, ne pourrait pas être fait beaucoup plus vite et avec moins de peine par quelque machine. Il nourrit cette idée, se représentant quelle chose magnifique ce serait si l'on pouvait soulager des millions de femmes d'un travail qui, si fréquemment, doit se faire le soir, après une journée de dur labeur.

Il commença ses expériences, retenant fermement sa vision, en dépit de la pauvreté et des moqueries d'amis qui pensaient que c'était folie de consacrer tant de temps à une idée aussi stupide. Mais, à la fin, sa vision se transforma en une merveilleuse réalité, la machine à coudre, qui a émancipé les femmes du monde entier d'un pénible esclavage.

L'idée du téléphone jaillit dans l'intelligence du professeur Alexandre Bell alors qu'il tirait une corde à travers un trou percé dans le fond d'une boîte de métal, en découvrant que la voix pouvait être transmise par cette corde. Cette idée s'empara si complètement de l'inventeur qu'elle le priva de sommeil, et pour un temps le rendit pauvre. Mais rien ne put le détourner de sa vision, ni l'empêcher de lutter pour la transformer en réalité.

Persévérez dans l'idée originelle

Je demeurais dans la chambre voisine de celle de ce célèbre professeur pendant qu'il travaillait à son invention. Je constatai sa lutte avec la pauvreté, j'entendis les critiques et les moqueries de ses amis, tandis qu'il persistait à faire

les expériences d'où résulta le téléphone, une réalité dont le monde moderne des affaires ne pourrait plus se passer.

Toutes les inventions d'Edison, comme celles de chaque inventeur, ont éclos du même principe qui nous a donné la machine à coudre et le téléphone. Toutes, elles prirent naissance sous la forme d'idées, de visions, et un travail assidu les transforma en réalités.

Les théories de Darwin

D'après Darwin, le désir de s'élever dans les airs précéda la naissance et le développement des ailes de l'aigle. De même, on affirme que nos différents organes et leurs fonctions se sont développés à mesure que nous en ressentions le besoin.

Les cellules cérébrales se développent pour répondre au désir. Là où il n'y a point de désirs, il n'y a point de croissance. Le cerveau se développe dans la direction de l'ambition prédominante, de l'activité mentale la plus prononcée. Le désir de la carrière musicale, par exemple, développe les cellules musicales du cerveau. L'ambition de faire de bonnes affaires développe la partie du cerveau qui s'y rapporte, les cellules qui président au développement des facultés commerciales.

Quoi que ce soit que nos désirs réclament du cerveau, il y répond par le développement de la partie qui correspond à ces désirs.

Persévérez et vous réussirez

Pendant des années, un pauvre petit campagnard bâtit ses châteaux en Espagne. Il voit un grand établissement commercial qu'il dirigera un jour. Les moqueries de sa famille et de ses camarades ne peuvent ni l'intimider, ni troubler sa vision.

Il continue à l'entretenir, et voici que des ressources inattendues surgissent ; il devient apprenti de commerce dans la cité de ses rêves. Il surveille toutes choses d'un regard d'aigle ; il emmagasine les informations et les idées ; il est alerte, actif, énergique, plein de ressources, et au bout de quelques mois il monte en grade.

Il attire l'attention du patron de l'établissement qui l'appelle dans son bureau, et lui dit qu'il le surveille depuis plusieurs mois, et reconnaît en lui le génie des affaires. Il lui confie un poste plus avancé et certaines responsabilités ; les affaires prospèrent sous sa direction, et au bout de quelques années, il devient l'associé de la maison dans laquelle il était entré comme apprenti. Ses rêves de jeunesse sont réalisés. Son cerveau s'est constamment développé dans la ligne de sa vision, attirant à lui les forces et les conditions qui en ont fait la réalité.

Une pauvre jeune fille, enfant d'une humble famille de l'État du Maine, qui pensait que devenir cantatrice était un péché impardonnable, n'entrevoyait aucune possibilité de réaliser le rêve qu'elle faisait en secret, mais elle nourrissait son désir en faisant la seule chose que lui permettaient ses parents, chanter dans le petit chœur d'une église. Graduellement, le chemin s'ouvrit, et la jeune fille du Maine devint la fameuse Lilian Nordica, une des plus grandes cantatrices du monde.

Ne renoncez jamais à vos désirs

Peu importe que vous soyez une pauvre jeune fille de la campagne et ne voyiez aucune possibilité de quitter vos parents pour suivre la carrière de votre choix, ne laissez pas s'éteindre votre désir. Que ce soit la musique, l'art, la littérature, les affaires ou toute autre chose que vous désiriez, retenez fermement votre ambition.

Quelque sombre que vous paraisse l'avenir, persévérez dans vôtre désir, et la lumière et les occasions viendront vous rendre capable de les transformer en réalité. Le

Créateur vous a préparé pour une certaine tâche, et il vous donnera l'occasion de l'accomplir, si vous gardez fermement votre vision, et luttez de votre mieux pour obtenir sa réalisation.

Pensez à Lilian Nordica, à Jenny Lind, à Sophie Germain, à Louisa Alcott, aux milliers de femmes qui ont été entravées, comme vous, par la pauvreté ou des circonstances défavorables, et qui, cependant, ont réussi en dépit de tout, à être ce qu'elles désiraient être, ou à faire ce qu'elles désiraient faire.

Prenez courage, et croyez qu'à vous aussi Dieu fournira les outils nécessaires pour frayer la voie à l'accomplissement des désirs de votre cœur.

Agissez toujours dans le sens de vos désirs

Si vous êtes un garçon de ferme et que vous vous sentiez né pour être un ingénieur, tout en n'entrevoyant aucune possibilité de recevoir une instruction technique, ne perdez pas courage. Procurez-vous les livres qui traitent de votre spécialité. Retenez fermement votre vision. Instruisez-vous par tous les moyens possibles.

Cela pourra nécessiter des années, mais si vous êtes fidèle à vous-même, la concentration de votre désir vous ouvrira les portes, et avant que vous vous en rendiez compte, vous serez sur le chemin conduisant à la réussite.

Les Washington, les Lincoln, les Edison, les Pasteur, les hommes qui ont fait le plus pour leur patrie et pour l'humanité ont eu à lutter autant que vous pour obtenir ce qu'ils désiraient. Pour les jeunes gens et les jeunes filles d'aujourd'hui, les moyens d'atteindre leur but sont bien plus nombreux qu'ils ne l'étaient il y a 100 ans, 50 ans ou même 25 ans.

Le grand danger de notre temps n'est pas que nous manquions d'occasions de réussir, mais que nous perdions notre vision, et que nous laissions mourir notre ambition.

Prenez en compte vos désirs

Au lieu de prendre leurs désirs en sérieuse considération, la plupart d'entre nous s'en amusent, comme si ces désirs ne pouvaient pas se transformer en réalité. Nous ne croyons pas à la divinité. Nous considérons les désirs de nos cœurs, les aspirations de nos âmes comme des caprices de notre imagination, oubliant que toute invention, toute découverte, tout progrès ayant contribué au bien du monde, a commencé par un désir, et que ce désir conservé avec persistance a été accompagné de la lutte qui devait en faire une réalité.

Il nous est difficile de saisir le fait que l'ambition, accompagnée de l'effort, est une puissance créatrice qui tend à se réaliser elle-même. Nos esprits ressemblent à celui du disciple incrédule qui ne voulut pas croire que son Seigneur était ressuscité jusqu'à ce qu'il eut mis ses doigts dans le côté percé de son Maître. Seules les choses que nous voyons nous paraissent réelles, tandis que, au contraire, les choses les plus réelles sont les choses invisibles.

La force invisible

Nous ne doutons jamais de l'existence de la force qui fait sortir la plante de la semence, le feuillage et la fleur du bourgeon, les fruits de la fleur. Elle est invisible. Nous ne pouvons la connaître par nos sens, mais nous savons qu'elle est plus puissante que tout ce que nous voyons.

Personne ne peut voir, ni toucher la gravitation, ou les forces qui font mouvoir avec une rapidité effrayante la Terre à travers l'espace, tout en la maintenant dans son orbite sans varier d'un dixième de seconde par siècle, et cependant qui peut douter de leur réalité ? Quelqu'un mettra-t-il en question la puissance de la force de l'électricité, parce qu'on ne peut ni la voir, ni l'entendre, ni la sentir.

Cultivez vos désirs

La puissance de nos désirs, les aspirations de nos âmes, accompagnées des efforts qui tendent à en faire des réalités, est tout aussi réelle que celle des forces invisibles travaillant dans le grand laboratoire de la Nature. Le grand éther cosmique est plein de forces invisibles. Tout ce qui en sort vient en réponse à notre appel. Tout ce que vous accomplissez dans la vie est le résultat d’une loi psychique à laquelle vous avez obéi consciemment ou inconsciemment.

Faites éclore vos désirs, chérissez-les, attachez-vous aux aspirations de vos cœurs avec toute l’intensité et toute la persistance dont vous êtes capables, et vous serez surpris de voir combien vite ils commenceront à attirer leurs semblables, combien vite ils grandiront et prendront une forme tangible. Lancez fièrement vos désirs, avec une parfaite confiance, dans l’éther cosmique. Il vous fournira les matériaux qui transformeront vos rêves en réalité.

Surmontez vos craintes

Le malheur est que nous n’osons pas le faire. Nous craignons que le sort ne se moque de nous et ne démolisse nos visions mentales. Nous ne comprenons pas mieux les lois qui gouvernent nos pensées et nos forces que les lois qui gouvernent l’univers. Si nous avions foi en leur puissance, nos pensées sérieuses et nos efforts germeraient et donneraient des bourgeons et des fleurs, tout comme le fait la petite semence confiée à la terre.

Considérez comment la semence doit être surveillée et nourrie avant de pouvoir donner naissance à une vie nouvelle. Voyez comment le germe délicat doit être nourri par la terre et réchauffé par le soleil pendant des mois, avant de montrer sa tête à la lumière, à travers les mottes.

Supposez qu’il ait peur de sortir et qu’il se dise : “Il m’est impossible de sortir de cette sombre terre. Aucune lumière ne m’éclaire. Je suis si tendre que la moindre

pression me briserait et compromettrait pour toujours ma croissance. Le seul moyen de sortir de ma prison serait de percer la croûte qui me retient captif, et il me faudrait une formidable force pour le faire. Je serai aplati, étranglé, avant d'avoir fait la moitié du chemin."

Mais le soleil cajole le petit germe, le sollicite, l'encourage à tenter l'impossible, et voici qu'au bout de quelques jours, sa petite tête se montre au dessus de ce qu'il considérait comme le plus grand ennemi de ses progrès, et qui devient, au contraire, son support et sa force. La lutte qu'il a dû soutenir pour percer le sol a fortifié ses fibres et l'a rendu capable de lutter contre les éléments qu'il a rencontrés.

Surmontez les obstacles

De même que cette tendre plante, vous pouvez être entourés d'obstacles qui vous paraissent insurmontables ; vous pouvez ne pas apercevoir un rayon de lumière à travers les circonstances rebutantes ; retenez cependant fermement votre vision, et allez de l'avant. La lutte développera vos forces et vous trouverez le soleil et l'air, la croissance et la vie.

Vous êtes peut-être engagé dans une occupation qui ne vous convient pas, et tenté de perdre courage et d'abandonner vos rêves, parce que vous n'entrevoyez pas le moyen d'améliorer votre situation. Mais c'est justement le moment de vous y cramponner, afin de les faire passer dans la réalité. Sans le savoir, vous êtes peut-être plus près de la délivrance que vous ne le croyez, et si, comme la petite plante, vous poussez, poussez toujours, vous trouverez bientôt le soleil, l'air et la liberté.

Impliquez-vous dans ce que vous faites

Nul être humain ne peut dire qu'il n'a aucune chance. Si votre position actuelle ne vous permet pas de vous

épanouir, vous pouvez y arriver cependant en faisant votre travail aussi bien que possible, et en gardant votre esprit constamment fixé sur l'échelle qui viendra faciliter votre ascension.

C'est dans votre esprit que se forment les échelons par lesquels vous monterez ou descendrez. Nul ne peut les faire pour vous. La clef qui ouvrira la porte qui vous retient n'est pas dans les mains du sort ; vous la fabriquez par vos pensées.

La porte qui conduit à quelque chose de meilleur est toujours dans le devoir du moment présent. L'esprit dans lequel vous faites votre travail, l'énergie que vous y mettez, vous ouvriront cette porte, quels que soient les obstacles ou les forces qui la retiennent fermée. Si vous retenez votre vision, si vous êtes en même temps honnête, sérieux et vrai, rien ne pourra empêcher la réalisation de vos désirs.

La vision mentale

Peu de personnes comprennent l'étroite coordination qui existe entre leur vision mentale et les résultats de leur carrière actuelle. Si l'on me demandait de nommer la principale cause de la majorité des cas d'insuccès, je dirais que c'est l'incompréhension des relations qui existent entre la pensée et l'accomplissement. La disparition graduelle de nos rêves, la perte de nos visions, peuvent être attribuées à cette cause.

Ce que nous tirerons de la vie dépendra en grande partie de notre fidélité à nos visions. Si nous croyons en elles, nous ne les laisserons pas mourir faute de les entretenir. Si nous sommes assez forts pour leur tenir tête, et si nous ne nous décevons pas nous-mêmes par l'égoïsme, la vanité, la suffisance, aucune infortune, aucun découragement, aucun obstacle, rien au monde ne nous les enlèvera. Nous leur resterons fidèles jusqu'à notre mort.

Le monde soutient celui qui croit en sa vision et se consacre sans réserve à sa réalisation, car il sait qu'il existe une force réelle chez le rêveur qui a une telle foi dans son rêve qu'il sacrifiera tout pour le transformer en réalité.

Apprenez à être tenace

Peu importe les découragements, les infortunes ou l'insuccès qui peuvent vous atteindre, ne permettez à personne, à aucune combinaison de circonstances malheureuses, de détruire votre foi dans la vision de ce que vous vous croyez appelé à faire.

Peu importe que les faits actuels semblent contredire les résultats que vous attendez. Peu importe que les autres vous condamnent ; retenez fermement votre vision parce qu'elle est sacrée. C'est la poussée divine en vous. Vous n'avez pas le droit de la laisser s'affaiblir ou s'obscurcir. Votre succès final sera en rapport avec la ténacité que vous mettrez à garder votre vision à travers tous les découragements.

Bannissez toujours de votre esprit la pensée que vous pourriez ne pas obtenir la réalisation de vos désirs. Tenez vos regards constamment fixés sur le but, quel qu'il puisse être. Prenez la résolution de n'admettre aucune défaite, et par votre attitude mentale victorieuse, votre énergie, vous créerez une force puissante qui amènera le succès de vos efforts.

Chapitre V
Un nouveau rosaire

"Tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l'avez obtenu et cela vous sera accordé." Ce passage de l'Évangile de saint Marc renferme un sens profond : nous sommes exhortés à croire que ce que nous demandons, nous l'avons déjà obtenu, et qu'en prenant cette attitude, il nous sera accordé plus que nous ne désirons.

Le bénéfice que nous retirons de la prière consiste en ce qu'elle nous met en communion plus étroite, plus vitale, avec l'Intelligence divine, par laquelle nous recevons une plus grande mesure des bénédictions de notre Père.

La prière ouvre les canaux fermés de notre esprit qui empêchent l'influx divin elle fait passer dans nos vies, en plus grande abondance, les ressources illimitées qui découlent continuellement de la Source Suprême.

Les bienfaits de la prière

Marie, disait une jeune fille à son amie catholique, pourquoi portez-vous toujours et partout avec vous votre rosaire ? Quel bien cela peut-il vous faire d'en compter et d'en recompter les grains ?

– Oh ! répondit Marie, je ne sais comment vous faire comprendre quel réconfort ce rosaire est pour moi. Quand je suis fatiguée, découragée, quand j'ai des idées noires, ou que je désire quelque chose qui me paraît impossible, je prends mon rosaire et je commence à prier. Avant que j'aie parcouru la moitié de ses grains, tout est changé. La sensation de fatigue, de découragement a disparu, et ce qui me paraissait impossible à obtenir, ne le paraît plus autant ; je sais que si je ne reçois pas exactement ce que je demande, je recevrai quelque chose de meilleur.

Ceux qui ont des idées trop étroites ou qui sont trop imbus de préjugés pour voir quelque chose de bon dans une croyance qui n'est pas la leur, se moquent souvent de la coutume catholique “de réciter le chapelet”.

Pour ces personnes, répéter plusieurs fois la même prière paraît une superstition, un non-sens. Elles ne comprennent pas la philosophie et la religion qui sont à la base de cette vénérable coutume. Elles ne connaissent pas la puissante influence des pensées formulées oralement.

Priez et agissez

Chacun peut en faire l'épreuve. Il n'est pas nécessaire de posséder un rosaire fait de grains. Vous pouvez vous construire vous-même un rosaire intangible, mais très réel ; et si vous le récitez, non pas une fois ou 2 fois par jour, mais souvent dans la journée, et tout spécialement avant de vous endormir, vous serez surpris du merveilleux résultat que vous obtiendrez.

Est-ce un défaut dont vous désirez vous corriger, un talent ou un don que vous voudriez développer ? Désirez-vous acquérir de l'instruction, des amis, le succès dans quelque entreprise, ou voulez-vous obtenir le contentement, le repos d'esprit, le bonheur, le don de servir ?

Bref, quoi que ce soit que vous désiriez, formez-en un grain de votre rosaire, priez pour en obtenir l'accomplissement ; pensez-y, travaillez à sa réalisation, et votre désir se matérialisera.

Qu'est-ce qu'une prière

Il y a bien des manières de prier. Toutes les prières ne sont pas des pétitions adressées au Tout-Puissant. Ce sont aussi des inspirations, les aspirations de nos âmes. Le désir est une prière. La prière la plus sincère peut être l'ardent désir du cœur de cultiver un talent, d'être plus instruit, de

manière à pouvoir faire plus de bien dans ce monde. Notre lutte pour atteindre le but, nos efforts pour faire le bien sont aussi de vraies prières.

Quand Jane Addams, petite fille, désirait pouvoir élever d'autres petites filles et les rendre heureuses, quand elle rêvait au temps où elle serait grande et pourrait se mettre au service de l'humanité, elle priait. C'est alors qu'elle creusait les fondations de "Hull House", et la "Hull House" d'aujourd'hui n'est que sa prière exaucée. Toute son enfance fut une prière, puisqu'elle fut la préparation à une grande et noble tâche.

Quand la fillette Frances Willard rêvait dans son logis retiré du Wisconsin, elle priait et construisait aussi sûrement que dans les années subséquentes où elle créa tant de belle œuvres. "J'ai toujours désiré agir sur le monde, autour de moi, jusqu'à l'extrême limite de mon pouvoir," dit-elle en parlant des aspirations de sa jeunesse. "Couchée sur l'herbe de la prairie, les mains tendues vers le ciel, j'avais l'habitude de dire dans mon for intérieur : Quel est le but à atteindre, ô Dieu ?"

Les désirs de ces nobles cœurs, dans le sens le plus profond, sont des prières. La prière à haute voix, d'un style irréprochable, qui descend de la chaire pour être entendue des hommes, peut n'être pas du tout une vraie prière.

Les prières collectives d'une congrégation peuvent n'être qu'une dérision.

J'ai souvent été dans des églises où tous les assistants récitaient des prières automatiquement ; pendant que leurs lèvres remuaient pour prononcer cette soi-disant prière, ils regardaient tout autour d'eux et pensaient à autre chose. Il n'y a aucune réelle prière dans un acte semblable, car ce n'est ni un soupir du cœur, ni l'expression des désirs de l'âme.

C'est un pur verbiage. De semblables prières sont une insulte au Créateur.

La prière est le désir sincère du cœur

"La prière est le désir sincère du cœur." Ce que nous désirons et espérons ardemment, nous le prions par notre désir et notre espoir même. La vraie prière peut être une lutte intérieure sans paroles, elle peut être un noble désir, un soupir du cœur qu'aucune langue ne peut exprimer. Qu'elle soit formulée ou non, la vraie prière vient toujours du cœur, et elle est toujours exaucée.

Une remarquable illustration de ce que nous avançons se trouve dans le fait suivant, raconté par John Wesley. Il traversait un jour, à cheval, une épaisse forêt, portant sur lui une grosse somme d'argent confiée à sa garde. Tout à coup, une sensation de crainte l'étreignit, et descendant de son cheval, il se mit à prier pour demander à être protégé. Bien des années plus tard, Wesley fut appelé auprès d'un moribond.

Cet homme confessa que, lorsque Wesley avait traversé le bois, il était embusqué pour se jeter sur lui et lui voler l'argent qu'il portait. Il l'avait vu descendre de cheval, puis quand Wesley avait continué son voyage, l'homme avait vu, chevauchant à côté du voyageur, un être armé, qui l'avait rempli d'une telle terreur qu'il avait renoncé à son dessein.

La prière est naturelle à l'homme

Balzac a dit avec justesse : "Quand nous sommes capables de prier sans fatigue, avec amour, avec certitude, avec intelligence, nous nous trouvons en accord avec la puissance divine, et semblable à un ouragan, à la foudre, notre volonté se fraye un chemin à travers tout, et participe à cette puissance."

Tout le monde prie, parce que chacun espère et désire. En un certain sens, l'athée, l'agnostique, l'incrédule, sans le savoir, prient tout comme les croyants, car chaque soupir du cœur, toute noble aspiration est une prière. Nous prions

aussi naturellement que nous respirons, car le désir d'une vie meilleure et plus noble est une prière inconsciente. La prière est, en réalité, le besoin que notre cœur éprouve d'être uni à Dieu. Elle est l'union de l'âme avec son créateur. Elle est littéralement ce que Phillips Brooks l'a dépeinte : la vanne entre Dieu et l'âme.

La prière, la foi et l'action : succès garanti

Beaucoup de gens ne comprennent pas la vraie nature de la prière, et disent qu'il ne sert à rien de prier, parce que leurs prières ne sont pas exaucées.

Si vos prières vous reviennent sans avoir été exaucées, c'est qu'elles ne répondaient pas aux conditions dont la prière dépend : la foi et le travail. Vous ne recevez pas les choses que vous demandez, parce que vous ne croyez pas vraiment que vous les recevrez, ou que vous n'accompagnez pas votre prière de l'effort nécessaire.

Prier pour obtenir une chose, et ne pas travailler et lutter pour l'obtenir, est une moquerie. Demander à Dieu ce que nous désirons, tout en étant trop paresseux pour nous aider nous-mêmes, c'est mendier. En réponse à nos prières, à nos désirs et à nos efforts, nous recevons ce que nous demandons de la Source universelle qui est partout.

Chaque jour, quelque exaucement se produit, quelque chose sort de l'invisible et se manifeste dans l'actuel, grâce à ces 2 puissants instruments : la Prière et le Travail. Mais si vous croyez que les obstacles seront enlevés, ou que votre désir sera réalisé sans que vous leviez un doigt pour vous aider vous-même, vous pourrez prier jusqu'au jour du jugement dernier, sans recevoir la moindre réponse. La prière sans la foi ne sert à rien, et la foi sans les œuvres est une vertu improductive.

Dans la seconde strophe d'un petit poème intitulé "La réponse de Dieu", Ella Wheeler Wilcox, nous donne une réponse à la plainte de l'âme découragée, qui crie que ses

prières ne sont pas entendues, et qu'aucune main ne s'avance pour la porter sur les hauteurs qu'elle voudrait atteindre.

Alors, Dieu répondit : "Je t'ai donné 3 biens :
Un esprit éclairé, une volonté fière,
Un cœur brave et vaillant pour tracer le chemin
Qui te conduit toujours plus loin, toujours plus haut.
Utilise ces biens, fais ta part tout entière,
Avant d'oser, sur moi, rejeter ton fardeau
Et m'adresser ta prière."

Votre rôle dans la réalisation de votre prière

La réponse à nos prières dépend de nous. Elles sont exaucées par notre obéissance aussi bien à la loi naturelle qu'à la loi spirituelle qui règle le secours. Si vous ne faites pas votre part, jusqu'au moindre détail, dans le travail actuel du monde, votre prière vous reviendra inexaucée.

Tout se paye dans l'univers, et ceci est parfaitement légitime. Vous pouvez obtenir ce que vous désirez, si vous êtes décidé à en payer le prix par votre effort honnête, sérieux, persévérant.

Le Créateur répond à votre prière en vous rendant capable de l'exaucer vous-même, en vous mettant en état de vous conformer à la loi de la demande et de l'exaucement, le principe fondamental sur lequel toute prière est basée.

Vous devez vous mettre en harmonie absolue avec la chose que vous demandez. Elle ne peut être obtenue par la force ; vous devez l'attirer. La réponse à la prière ne parvient qu'à un esprit réceptif, mais en état de créer, d'achever.

Affirmez ce que vous désirez

L’affirmation et la prière obéissent à une seule et même loi. “Affirmez ce que vous désirez, travaillez pour l’obtenir, et cela se manifestera dans votre vie.” Affirmez-le avec foi, sans admettre aucun doute. Dites-vous : “Je suis ce que je pense que je suis, et je ne peux pas être autre chose.”

Mais si vous affirmez : “Je suis en bonne santé ; je suis en prospérité ; je suis ceci ou cela,” et que vous ne le croyiez pas, votre affirmation ne vous aidera en rien. Vous devez croire ce que vous affirmez ; vous devez constamment lutter pour être ce que vous affirmez que vous êtes, ou vos affirmations n’ont aucune valeur.

Composez vous-même un Rosaire de la Pensée Nouvelle, non une collection de prières formalistes, mais un chapelet original dont chaque grain représentera les aspirations de vos cœurs, votre volonté de devenir l’homme ou la femme forts, heureux, que le Créateur veut que vous soyez.

Vous êtes voué au succès

Si vous êtes malheureux, écrasé par les désappointements et un insuccès continuel, si vous souffrez les angoisses des désirs non satisfaits, mettez ce grain dans votre rosaire, et répétez-vous souvent :

“Dieu ne m’a pas créé pour une telle vie. John (ou Marie, prononcez votre nom), Dieu t’a créé pour le succès et non pour l’insuccès. Tu t’éloignes du but de ton existence en te laissant aller au découragement, en montrant aux autres un visage triste et sombre, comme s’il n’y avait point de place pour toi dans ce monde d’abondance.

“Tu as été créé pour exprimer la joie, pour traverser la vie en conquérant. L’image de Dieu est en toi ; tu dois la manifester au monde. Ne déshonore pas ton Créateur en voilant son image, en n’étant pas l’être fort et heureux qu’il veut que tu sois.”

Vous êtes l'enfant du Roi des rois

Mettez en action, pendant la journée, chacune des prières de votre rosaire, sinon vous pouvez vous épargner la peine de réciter votre chapelet.

Ne craignez pas de vous estimer trop haut, non par égoïsme, mais parce que le Créateur vous ayant fait à son image, vous avez hérité des qualités divines. C'est une insulte envers Dieu que de déprécier ce qu'il a fait et déclaré bon.

Si vous êtes la victime de la timidité, si vous avez peur de dire que votre âme vous appartient, si vous traversez la vie comme si vous aviez la pensée que vous occupez une place destinée à quelqu'un d'autre, si vous reculez devant la responsabilité, devant tout ce qui attire l'attention sur vous-même, allez à votre rosaire et ajoutez-lui un nouveau grain.

Dites-vous :

“Je suis l'enfant du Roi des rois. Je ne permettrai pas plus longtemps à cette lâche timidité de me gouverner, moi, un prince du royaume des cieux. J'ai été créé par le même Créateur qui a fait tous les autres êtres humains. Ils sont mes frères et mes sœurs.

“Il n'y a aucune raison qui puisse m'empêcher d'exprimer devant eux ce que je sens ou pense, comme je le fais dans ma propre famille. J'ai autant le droit que n'importe quel monarque de la terre de relever la tête et d'affirmer ma descendance royale. Je suis l'héritier de mon Père, et j'ai tous les droits d'un prince.

“L'univers entier m'appartient, parce qu'il est à mon Père ; je veux abandonner cette malheureuse habitude de me déprécier moi-même, de m'effacer et d'avoir l'air de m'excuser d'être ici-bas. C'est un crime commis contre mon Créateur et contre moi-même.

“Dorénavant, je me comporterai comme un prince, et je marcherai sur la terre en conquérant. Aujourd'hui même, je

ne laisserai passer aucune occasion d'assumer toute responsabilité qui développera ma valeur, toute occasion d'exprimer mon opinion, de m'affirmer chaque fois que cela sera nécessaire.”

“Dorénavant, je me tournerai du côté ensoleillé de la vie, et je laisserai ses ombres derrière moi. Je considérerai la vie avec assurance, avec espoir, avec une attitude victorieuse, car je sais que j'ai été créé pour la victoire, que je suis né pour conquérir.”

Ce que vous devez faire lorsque vous sentez venir les pensées d'infériorité

Si vous sentez que vous manquez d'initiative, affirmez fièrement la qualité contraire, et ajoutez cette affirmation à votre rosaire. Affirmez courageusement votre capacité de faire les choses, de les faire aussi bien qu'elles peuvent être faites, et de les amener à achèvement parfait.

Apprenez à vous confier au Dieu qui est en vous. Cette confiance est une force divine qui vous portera à travers tout. Ne vous permettez jamais d'accueillir des pensées d'infériorité.

Dites-vous : “Je veux affirmer ma virilité, et être une force pour le monde. J'ai été créé pour faire de ma vie un chef d'œuvre et non une esquisse informe ; j'ai été créé pour un grand but, et je veux l'atteindre. Il y a en moi des forces qui, mises en activité, révolutionneraient ma vie ; je veux les maîtriser et m'en servir. J'entends me révéler à moi-même, et donner le 100% de mon habileté, au lieu d'une misérable petite fraction.”

Si vous êtes obsédé par l'idée que vous n'êtes pas aussi bien doué que d'autres ; si vos parents ou vos instituteurs vous ont déclaré lourd, stupide, au point que vous ayez perdu confiance en vous-même ; si vous avez été amoindri par une suggestion d'infériorité, qu'elle vienne des autres ou de vous-même, il vous faut changer tout cela.

Vous devez affirmer votre habileté et retenir avec ténacité l'idéal de l'homme ou de la femme capable que vous désirez être, et que vous voulez devenir.

L'idéal à atteindre

Remplacez l'image de votre infériorité par l'homme idéal et complet que le Créateur a voulu que vous soyez. Cramponnez-vous à cet idéal, affirmez votre supériorité, et vous chasserez ainsi les pensées fausses que vous avez laissées s'établir dans votre subconscience. Retenir la vérité, l'idéal de la perfection dans votre esprit, vous donnera la confiance, l'assurance nécessaire pour faire les choses que vous êtes capable de faire.

Des milliers d'étudiants ont manqué leurs examens, non parce qu'ils étaient incapables de répondre aux questions posées, mais à cause de la crainte, du manque de confiance en eux-mêmes, engendré par la suggestion décourageante de leur infériorité. Ceci se remarque tout spécialement chez les natures sensitives.

Il peut celui qui croit qu'il peut

Je connais un jeune homme à la fois capable et ambitieux ; mais quand l'occasion, attendue peut-être depuis longtemps, se présente, il se dérobe. Son courage s'évanouit, et il ne se sent plus à la hauteur. Il craint d'essayer de faire la chose demandée, parce qu'il redoute de ne pas réussir.

Si vous vous reconnaissez à ce tableau, ajoutez un autre grain à votre rosaire. Enlevez le "Je ne peux pas" de votre vocabulaire, et substituez lui le "Je peux", car il peut celui qui croit qu'il peut.

Napoléon, un des plus grands conquérants que le monde ait jamais connus, détestait l'expression "Je ne peux pas", et ne l'employait jamais lorsqu'il pouvait faire

autrement. Il n’admettait pas le mot “impossible”. Quand on le loua pour l’audace et le génie qu’il avait montrés en traversant les Alpes, en hiver, il répondit : “Je ne mérite aucun éloge, sauf pour avoir refusé de croire ceux qui me disaient que c’était impossible.”

Remplacez les négations par des affirmations

Avez-vous pensé que chaque fois que vous dites : “Je ne peux pas”, vous affaiblissez votre confiance en vous-même et votre force pour faire les choses ? Avez-vous jamais connu une personne ayant, dans son vocabulaire, un grand nombre de “Je ne peux pas”, qui ait accompli de grandes choses ?

Certaines personnes répètent constamment : “Oh ! je ne puis faire cela”, “je n’ai pas les moyens d’entreprendre ceci”, “je ne puis aller là”, “cette tâche est trop lourde pour moi, qu’un autre s’en charge !” Ces affirmations négatives détruisent leur force. Ne les employez jamais. Toutes les fois qu’une œuvre à faire se présente, que votre rosaire abonde en affirmations.

Au lieu de “Je ne puis pas”, dites : “je puis”, “je dois”, “je peux”. Commencez à faire ce que vous craignez d’entreprendre, et la moitié des difficultés s’évanouiront.

Si vous êtes irrité, soucieux, et si, comme Marthe, vous vous inquiétez et vous agitez pour beaucoup de choses, si vous souffrez de toutes espèces d’inconséquences, si vous ne vous sentez pas bien, vous trouverez un grand réconfort à prendre votre rosaire et à vous répéter quelques-unes des belles promesses de la Bible.

“Celui qui demeure sous l’abri du Très-Haut repose à l’ombre du Tout-Puissant.” “Aucun malheur ne t’arrivera, aucun fléau n’approchera de ta tente.” “Je dis à l’Éternel : Mon refuge et ma forteresse, mon Dieu en qui je me confie !” “Tu ne craindras ni les terreurs de la nuit, ni la flèche qui vole le jour, ni la peste qui marche dans les

ténèbres, ni la contagion qui frappe en plein midi, car il te couvrira de ses plumes, et tu trouveras un refuge sous ses ailes”.

La contemplation de Dieu et la fréquente répétition des belles promesses de la Bible augmenteront votre foi, et vous donneront la conscience de votre union avec l’Infini.

Ne dites jamais que vous êtes usé, fini, que vous vous sentez misérable, que vous n’avez plus la force de rien entreprendre. Ne parlez jamais aux autres de vos maux et de vos douleurs, car chaque fois que vous en parlez, vous imprimez plus profondément ces sombres tableaux dans votre conscience.

Au lieu de les intensifier ainsi, dites-vous : “La puissance qui m’a créé et qui me soutient à chaque instant répare, renouvelle, restaure mes forces et me guérit ; je suis en bonne santé, je suis vigoureux, j’ai de la force, et je suis ce que je crois que je suis.”

Chassez les images négatives

Refusez de voir ou de retenir, ne fût-ce qu’un instant, l’image de vous-même comme celle d’un être imparfait dominé par le péché ou la maladie. Ne recelez aucune suggestion d’infériorité, soit physique, soit mentale. N’admettez aucune pensée de faiblesse physique ou mentale. Persistez à vous voir tel que vous désirez être, à garder l’idéal que votre Créateur avait en vous faisant.

Gardez votre vision de bonne santé sans faiblir ! Avez-vous un tempérament colérique, et sautez-vous en l’air à la moindre provocation, allumant ainsi dans votre cerveau un feu tout aussi destructeur de vos forces mentales et physiques que l’est, pour les grandes forêts, le feu qui décime de grandes étendues de territoire ?

S’il en est ainsi, vous ruinez votre puissance et mettez sérieusement en danger votre succès, votre bonheur, votre vie elle-même. Demandez aux asiles d’aliénés, aux

hôpitaux, aux morgues, à tous les endroits qui abritent les naufrages humains, quels sont les fruits des passions ingouvernables.

Fuyez la colère

La colère, quelle qu'en soit la cause, est une folie temporaire. Avez-vous l'habitude de vous livrer à des accès de rage pour la moindre bagatelle ? Si vous pouviez seulement voir quel triste spectacle vous offrez dans de semblables occasions, quand vous mettez tout en pièces et extravaguez comme un fou, parce que vous avez manqué votre train, ou parce que vous croyez que quelqu'un vous a insulté.

Quand vous descendez du trône de votre raison, et que vous permettez à la brute de s'y asseoir et de gouverner à votre place, vous seriez si chagriné et si mortifié que vous n'auriez aucun repos avant de vous être affranchi de votre défaut. Si vous étiez de sang-froid, vous ne vous donneriez pas ainsi en spectacle ; vous ne le faites que sous l'empire de la colère, lorsque vous êtes privé de votre raison par cette folie temporaire.

La maîtrise de soi

Garder la maîtrise de soi-même, l'équilibre mental, le calme d'esprit au milieu de toutes les provocations, grandes ou petites, est la marque d'un beau et grand caractère. C'est le triomphe de la force sur la faiblesse, de la grandeur sur la petitesse. L'habitude de se maîtriser soi-même est l'habitude de la victoire ; elle fortifie toutes les facultés.

Vous pouvez appeler cette grande force de la maîtrise de soi-même à votre aide en vous rappelant la divinité qui est en vous, en affirmant votre union avec l'Être divin qui reste éternellement calme.

Dites-vous : “L'image de Dieu est en moi. Je suis de race divine. Je ne dois pas être l'esclave de la passion. Il est indigne de l'être normal d'être le jouet de son tempérament ou de toute autre passion qui l'affaiblit. Il y a quelque chose de divin en moi, et je ne permettrai pas à ma nature inférieure de me maîtriser.”

Affirmez que vous êtes capable d'agir avec décision

L'affirmation constante de votre unité avec votre Créateur, vous donnera une merveilleuse sensation de puissance, et vous aidera à vous débarrasser de vos entraves. Mais vous devez être très positif, très ferme et très persévérant dans vos affirmations.

Peu importe le défaut que vous essayez de surmonter, ou la qualité que vous désirez acquérir, il ne doit y avoir aucune faiblesse, aucune indécision, aucune vacillation dans vos affirmations ou vos efforts.

Si vous êtes soumis à la fatale habitude de l'indécision, si vous hésitez, si vous vous demandez à chaque instant si vous avez bien agi comme il le fallait, si vous doutez de la sagesse de vos décisions, vous serez incapables d'arriver jamais à une conclusion intelligente.

Vous pouvez vous guérir de l'indécision en affirmant que vous êtes capable de voir clairement, de penser rapidement et d'agir avec décision. Si vous doutez de la carrière que vous devez choisir ; si vous hésitez à suivre un des 2 ou 3 chemins qui s'ouvrent devant vous, quel que soit le problème que vous ayez à résoudre, demandez la lumière, et la divine puissance viendra à votre aide et vous guidera.

Répétez dans chaque cas : “Je puis prendre une décision et m'y tenir fermement.” Déclarez chaque matin que, pendant la journée, vous prendrez des décisions sans appel.

En prenant ces décisions, usez de votre jugement, puis regardez l'incident comme clos. Vous vous éviterez ainsi la tentation d'hésiter ou de revenir en arrière.

Ne perdez pas de vue votre idéal

Si vous sentez que vous êtes un lâche sur certains points, vous pouvez vous corriger en retenant l'idéal du courage, en étudiant la vie des héros, en lisant des actions héroïques, surtout en pensant que vous êtes un enfant de Dieu et que vous n'avez rien à craindre de la terre.

Dites-vous : “Je suis un fils de Dieu, et je n'ai pas été créé pour être un lâche ou un poltron. La crainte n'est pas un des attributs de la divinité. Je suis brave, courageux ; je suis un conquérant.”

Si vous souffrez de la maladie de la pauvreté, si toute votre vie a été saturée de pensées de pauvreté, si vous n'avez eu d'autre but en vue que la pauvreté, changez de direction, et faites agir la loi de l'abondance. Regardez à la prospérité et au succès, au lieu de penser à la pauvreté et à l'insuccès.

Ayez confiance, Dieu est avec vous

Toutes les bonnes choses dont vous avez besoin sont à vous par hérédité ; réclamez-les, attendez-les, travaillez et priez pour les obtenir, et vous les verrez se réaliser dans votre vie. Que cette dernière strophe du magnifique petit poème d'Ella Wheeler Wilcox, intitulé “Assertions”, soit un des grains de votre nouveau rosaire. Répétez-la fréquemment et travaillez avec joie, avec confiance, avec courage à son accomplissement.

Je suis le succès. Malgré la misère,
La faim et le froid, insouciant, j'erre
En cherchant ma vie. On me voit sourire,
Et l'on m'entend dire :
Bah ! C'est pour un temps ! Et sur mon chemin,

Je vois le bonheur qui me tend la main.
Dieu me donnera, demain, en partage,
Richesse et santé, tout mon héritage !

Ne soyez pas esclave de vos défauts

Si vous avez commis une erreur fatale qui vous a mis au ban de la société et si vous vous tourmentez d'une façon morbide au sujet d'une expérience désastreuse, la rendant ainsi plus sombre et plus hideuse, rejetez tout cela hors de votre esprit, oubliez-le, et dites à ces choses :

"Vous n'avez aucun pouvoir sur moi ; je ne vous permettrai pas de détruire ma paix et de ruiner ma carrière, vous n'êtes pas mon vrai *moi ;* mon être réel et divin, et vous ne pouvez y toucher. Je puis et je veux m'élever au-dessus de tout ce qui me trouble, et faire tourner à mon bien mes fautes et mes erreurs. Dès maintenant, je veux travailler avec le Père qui agit en moi. Je ne veux pas être vaincu. Je veux vaincre."

Brisez avec vos mauvaises habitudes

Si vous êtes l'esclave d'une mauvaise habitude qui a flétri vos espoirs, ruiné votre bonheur, contrecarré vos ambitions, obscurci toute votre vie, dites-vous :

"Je veux briser avec cette mauvaise habitude. Je veux être libre et non esclave."

Si c'est l'impureté, dites :

"Je n'ai pas été créé pour être sous la domination d'un vice aussi monstrueux. Il n'était pas dans les intentions de Dieu que son image en moi se vautre dans cette souillure. Assez longtemps j'ai souffert de cette damnable habitude qui ruine ma santé, diminue mes chances de succès dans la vie, et me ravale au niveau des bêtes.

"Je suis un enfant de l'Infini, envoyé ici-bas pour contribuer au bien de l'humanité. Je veux faire le bien. Je

vais me libérer de ce vice et recouvrer à tout prix le respect de moi-même et ma virilité. Je veux être un homme et non une chose, un fils de Dieu, non un fils du démon."

Soyez convaincus que vous êtes quelqu'un de bien et que vous êtes votre maître

Remplissez continuellement votre esprit de pensées de pureté, d'affirmations qui neutraliseront vos désirs sensuels. Répétez constamment votre détermination de ne pas permettre que votre vie soit gâtée par une passion déréglée.

Appelez-en d'une façon si vigoureuse et si énergique à votre meilleur moi, que votre nature supérieure en soit éveillée et domine vos actes. Dites : "Le Créateur m'a créé pour regarder en haut et non en bas, pour m'élever, et non pour descendre et m'abaisser au rang des animaux."

Si c'est la boisson, le tabac ou toute autre habitude vicieuse qui détruit votre virilité et vous empêche de réussir dans la vie, enfilez un nouveau grain à votre rosaire et dites :

"Je n'ai pas été créé pour me laisser dominer par vous, une simple plante, un extrait de grains, une habitude que je me suis forgée. Je romps avec vous pour toujours ; l'amour que j'avais pour vous est détruit. Il y a en moi quelque chose de divin qui me rend parfaitement capable de vous surmonter. Choses viles, vous m'avez fait déchoir pendant un temps, mais vous ne m'humilierez plus, et vous ne me ferez plus me mépriser moi-même.

"Un seul régnera dans mon royaume mental, et ce sera moi. Je ne vous permettrai plus, cigarette, vin, liqueur, ou toute autre drogue, de ruiner ma vie, d'imprimer sur mon visage la marque de ma défaite, de ma dégradation. Assez longtemps vous m'avez humilié, insulté, tyrannisé, persuadé que je n'avais pas la force de lutter contre ces habitudes vicieuses. Maintenant je vous défie. Votre pouvoir sur moi est détruit ; le charme est rompu. Dorénavant, je marcherai

sur la terre en conquérant, et non en esclave. Dieu et moi, nous sommes la majorité. Je suis majeur maintenant."

Dieu est en chacun de nous

Il n'y a aucune infériorité, aucune dépravation dans l'homme que Dieu a fui. Quelque bas que vous soyez tombé, l'image de Dieu en vous ne peut être gâtée ni détruite. Elle est aussi parfaite dans le pire des criminels que dans le plus grand saint.

Dans tout être humain, il y a quelque chose qui ne peut être contaminé, quelque chose qui n'est jamais malade, et qui ne peut pécher. C'est le Dieu qui est en nous, et en Lui réside l'espoir pour l'être le plus brutal de la terre, car le Dieu qui est en lui viendra immédiatement à son aide, dès qu'il l'appellera.

Le secret de toute bénédiction

Si vous sentez que vous êtes éloigné de votre Dieu, que vous êtes sorti du courant qui vous entraînait vers Lui, répétez-vous des paroles telles que celles-ci :

"Plus près de Toi, mon Dieu, plus près de Toi !"

Cela vous aidera à placer votre trolley sur le fil qui vous mettra en communication avec la Force divine toute puissante. Le sentiment de séparation disparaîtra, et le fardeau sous lequel vous ployez sera enlevé.

Le secret de la santé, de la prospérité, du bonheur, de la puissance, de l'amour, d'une vie victorieuse, est la conscience de notre unité avec Dieu. C'est le secret de toute bénédiction. Quand vous en aurez fait l'expérience, vous serez "plus près de Dieu", et vous ne craindrez plus rien, car vous saurez qu'aucun mal ne peut atteindre celui qui possède en lui la Puissance infinie.

Plus nous sommes unis à la Divinité, plus nous sommes forts et capables. Ce qui nous rend faibles et incapables, c’est que nous nous sommes séparés de cette Puissance par notre fausse manière de penser et de vivre. Votre vie prendra une nouvelle signification, une dignité divine, quand vous réaliserez consciemment votre unité avec le grand Principe créateur qui soutient l’univers.

Répétez inlassablement vos prières

Rien ne vous aidera mieux à atteindre ce résultat que l’usage journalier et constant de votre rosaire de la Pensée Nouvelle. Vous pouvez faire de chacun de ces grains une prière, une affirmation, qui vous conduira toujours plus près de la Source de toutes choses.

Qu’il s’agisse d’abandonner une habitude vicieuse, de vous corriger d’un défaut, de vous sortir de la pauvreté et du désespoir, quoi que ce soit que vous désiriez, vous pouvez répéter votre affirmation concernant l’une ou l’autre de ces choses, silencieusement si vous êtes en compagnie, à haute voix si vous êtes seul, jusqu’à ce qu’elle devienne une partie de vous-même.

Égrenez tout spécialement avant de vous endormir, les perles de votre chapelet représentant ce dont vous avez le plus besoin.

Si vous avez neutralisé vos espérances, vos ambitions et vos efforts, par une mauvaise manière de considérer la vie, par vos doutes, vos soucis, votre crainte de la pauvreté, de la maladie, du malheur, de la mort, rejetez toutes ces choses hors de votre esprit, et dites-vous : “Dieu est mon aide, Dieu est mon berger, je ne manquerai de rien. Je veux vivre dans la pleine réalisation de mon unité avec la Vie infinie.”

Chacun de nous est une partie du Dieu vivant, et nous sommes puissants, victorieux et heureux, dans la proportion où nous réalisons notre unité avec Lui, et faibles, abjects et

misérables, dans la proportion où nous nous séparons nous-mêmes de Lui, la Source de tout bien.

Chapitre VI
Comment l'on attire à soi la pauvreté ?

Peu importe la somme de travail que fournit un homme ; s'il entretient constamment l'idéal de la pauvreté, il chasse loin de lui, le bien-être qu'il poursuit.

L'homme qui sème des pensées d'insuccès, ne récoltera pas mieux le succès ou la prospérité, qu'un fermier ne récoltera du blé en semant des chardons.

La pauvreté est une maladie mentale.

Vous gagnerez ce que vous aurez pensé

L'observation et une longue étude de la question m'ont convaincu, qu'en règle générale, les gens qui ne réussissent pas dans la vie se le sont attiré eux-mêmes. Ils avaient une telle terreur de la misère que cela leur fermait les avenues de la prospérité. Ils étaient si préoccupés de la pauvreté, qu'ils ne pouvaient élever leur pensée au-dessus d'elle. Ils gaspillaient l'énergie précieuse, qui aurait pu être utilisée pour créer le bonheur et la prospérité, à redouter la misère et à se préparer au pire, et, selon la loi, ils obtenaient ce qu'ils avaient redouté et craint.

Penser à la guerre, parler de la guerre, se préparer à la guerre, en d'autres termes vivre dans la suggestion perpétuelle de la guerre, voilà ce qui, en grande partie, a amené l'horrible guerre actuelle. Si toutes les nations qui y participent avaient parlé de paix, pensé à la paix, si elles l'avaient attendue, préparée, nous aurions eu la paix et non la guerre.

De même, aussi longtemps que les gens parleront de pauvreté, penseront à la pauvreté, l'attendront, s'y prépareront, ils l'auront.

Nous attirons constamment ce que nous attendons. Les pensées que nous engendrons nous reviennent.

Partout, nous voyons des personnes qui travaillent beaucoup, qui luttent pour améliorer leur position, et qui, cependant, ne s'attendent jamais à devenir prospères. Elles ne croient pas qu'elles recevront ce qu'elles cherchent par leurs efforts, et elles ne le reçoivent pas.

L'attitude fataliste

Un exemple typique de ceux qui se maintiennent eux-mêmes dans la pauvreté m'est fourni par une femme que je connais, et qui affirme constamment son impuissance à améliorer sa condition.

Elle répond à ses meilleurs amis qui lui disent qu'elle devrait s'accorder ceci ou cela : “Oh ! c'est bon pour vous qui êtes riches de parler ainsi, mais ces choses ne sont pas pour moi. Nous avons toujours été pauvres, et je suppose que nous le serons toujours ; nous devons nous contenter des choses de première nécessité, et nous estimer heureux de les avoir. Sans doute, je pourrais nous accorder, aux enfants et à moi, quelques petites jouissances de temps en temps, mais ce serait de l'extravagance et je préfère épargner en vue des mauvais jours.”

Je ne cherche pas querelle aux personnes qui épargnent en vue des mauvais jours. La prudence veut que nous soyons prêts à toute éventualité. Il est bon d'épargner afin de pouvoir jouir pendant la vieillesse, mais les gens qui commencent de bonne heure à économiser en vue des mauvais jours, et qui se refusent tout plaisir et toute jouissance afin d'ajouter à leurs économies, prennent l'habitude de se priver, et continuent généralement à agir ainsi jusqu'à leur mort.

La pauvreté n’est pas une fatalité

Cette femme limite ses ressources dans la conviction que chaque sou qu’elle épargne doit aller au “fonds des mauvais jours”, parce qu’elle s’attend à être toujours pauvre. Elle prive de toute jouissance elle-même et ses enfants, par anticipation de ces mauvais jours qui ne viendront peut-être jamais.

Elle est le type d’une multitude d’hommes et de femmes qui s’accommodent de leur pauvreté, qui s’habituent à ces limitations, et ne font aucun effort pour s’en libérer. Ils n’essayent jamais de mettre en exercice leurs pensées positives, créatrices, mais continuent à vivre dans la pensée négative, destructrice, de la pauvreté.

Ce sont des gens qui répètent constamment “qu’ils n’ont pas le moyen” de faire ceci ou cela. Ils n’ont pas les moyens d’envoyer leurs enfants dans une école supérieure. Ils n’ont pas les moyens d’acheter les vêtements nécessaires, ou de s’accorder des vacances dont ils ont besoin, à cause des “mauvais jours” qui, semblables à un spectre, se dressent chaque fois qu’on pourrait s’accorder quelque jouissance.

Ils renvoient toujours les choses à l’année prochaine. Mais “cette année prochaine” ne vient jamais, les enfants ne poursuivent pas leurs études, et les parents ne s’accordent pas les vacances nécessaires, ni le petit voyage si longtemps promis. Ils renvoient tout au jour où ils auront “les moyens” et ce jour ne vient jamais, parce qu’ils attendent toujours d’avoir un peu plus, en vue de l’avenir.

La maladie de la pauvreté

Je connais bien des personnes, déjà avancées en âge, qui continuent à se refuser, non seulement le confort, mais même les nécessités de la vie, par crainte du mauvais jour possible qu’elles attendent toujours. Elles font ainsi de leur vie un mauvais jour perpétuel, et ne se rendent pas compte

qu’elles créent ainsi le besoin en vue duquel elles économisent perpétuellement

Nous lisons parfois dans les journaux des illustrations frappantes de cet état d’esprit. Un jour, un journal de New-York racontait un cas typique, celui d’une femme âgée, morte solitaire dans un des bouges de la grande ville. Elle était décédée depuis plusieurs jours quand on découvrit son corps ; son logis était si misérable qu’on supposa, tout d’abord, qu’elle était morte de faim. Mais l’enquête révéla que cette femme possédait, tant en argent liquide qu’en fonds déposés à la banque, environ 100,000 dollars (100 000 euros).

Rendue pauvre par son état mental maladif, cette misérable créature était morte de faim au milieu de l’abondance. Son esprit était tellement obsédé par la pensée de la pauvreté qu’elle en était arrivée à se refuser le nécessaire de la vie.

Pendant des années, elle s’était condamnée à vivre seule afin de pouvoir entasser, entasser, encore entasser. Elle ne permettait à personne d’entrer chez elle, et mourut seule et sans soins, laissant derrière elle l’argent qui lui aurait procuré le confort et le bonheur, et aurait prolongé sa vie. Elle était vraiment une victime de la maladie de la pauvreté, tout comme si elle n’avait pas possédé 1 centime.

À l’image des enfants d’Israël

Pendant qu’ils traversaient le désert, les enfants d’Israël nourrissaient constamment des pensées de pauvreté : “Dieu pourra-t-il nous nourrir dans le désert ? Nous mourrons de faim si nous ne retournons pas en Égypte.”

Sans la foi de leur chef Moïse dans la puissance de Celui qui les conduisait, ils seraient retournés en Égypte, et se seraient replacés dans l’esclavage et la pauvreté qu’ils avaient fuis.

Même après que la manne leur eut été donnée fraîche chaque matin, pendant longtemps, ils ne croyaient pas que cela continuerait. Sceptiques, ils essayèrent de conserver la manne pour "un mauvais jour" mais elle ne se conserva pas, et ils furent forcés d'avoir la confiance que le secours leur viendrait chaque matin.

"D'où nous viendront les ressources ? Comment payerons-nous le fermage ou le loyer de la maison ? D'où nous viendra l'argent ? Que deviendrons-nous si nous ne le recevons pas ? Où trouverons-nous l'argent nécessaire pour acheter des habits aux enfants ? Pourquoi ne puis-je pas obtenir un travail qui nous permettrait de vivre sans souci ?" Telles sont les questions que se posent des multitudes de gens, sur la surface de la terre. Elles expriment l'acuité des souffrances que procure la maladie de la pauvreté, si répandue dans tous les pays.

Rien ne donne autant d'anxiété, rien n'irrite autant que la crainte de ce qui arrivera dans l'avenir, la crainte de la pauvreté, de ne pas être capable de pourvoir aux nécessités et au confort de ceux qui nous sont chers, la crainte de ne pouvoir bien élever nos enfants.

Cette crainte éloigne de nous les choses dont nous avons besoin, et nous attire celles que nous redoutons. Job disait : "Ce que je crains, c'est ce qui m'arrive ; ce que je redoute, c'est ce qui m'atteint." Les gens qui ont une crainte anormale de la pauvreté attirent les conditions qu'ils redoutent, parce que l'esprit est en rapport étroit avec les choses qui le préoccupent.

Nous ne recevrons jamais les choses que nous ne croyons pas pouvoir

Il n'y a pas longtemps, un jeune homme très déprimé parce qu'il ne pouvait pas percer dans ce monde, me demanda ce que je pensais être la cause de ce déficit. Il me dit qu'il avait toujours travaillé courageusement, sans jamais pouvoir avancer.

Tout ce qu'il pouvait réussir à faire était de gagner juste de quoi subvenir à ses besoins. Tout semblait être contre lui. Il se plaignait de son sort qui le condamnait à être pauvre, malgré tous ses efforts pour lutter contre la pauvreté. Il croyait que la pauvreté et l'insuccès étaient inhérents à sa famille, car son père et son grand-père, grands travailleurs, eux aussi, n'avaient jamais pu se sortir de la pauvreté, et il s'attendait à ce qu'il en fût de même pour lui.

Un autre homme plus âgé, qui me demandait conseil dans une difficulté semblable, se lamentait sur l'inégalité des conditions humaines, et se plaignait de l'injustice du sort :

“Je travaille dès le matin jusque tard le soir, même les dimanches et jours de fêtes, disait-il, et je n'ai point pris de vacances depuis bien des années. Dès ma jeunesse, j'ai lutté pour faire mon chemin dans ce monde, et me voici à 50 ans passés, sans avoir jamais réussi en quoi que ce soit. Il y a certainement quelque chose d'anormal dans la société, pour qu'une telle persévérance et des efforts aussi soutenus ne soient pas parvenus à me créer une position.”

Je le questionnai sur l'éducation qu'il avait reçue dans son enfance. Il reconnut qu'il ne s'était pas beaucoup préparé en vue de sa carrière, parce que, disait-il, son père avait aussi été un grand travailleur, faisant tous ses efforts pour améliorer sa condition, mais n'avait pas mieux réussi que lui-même, et il en avait tiré la conclusion que la chance et le succès ne favorisaient ni lui, ni sa famille, et que par conséquent, ce n'était pas la peine de dépenser des années à se préparer en vue d'une carrière où il avait peu de chances de réussir.

Ces 2 hommes sont les types de gens qui s'attendent constamment à la pauvreté et à l'insuccès, puis se plaignent lorsqu'ils reçoivent ce qu'ils ont attendu. Grâce à la loi de l'attraction mentale, ils ne pouvaient recevoir que la pauvreté et l'insuccès.

Chacun d’eux désirait le succès et la prospérité, tout en attendant leurs contraires. Ils avaient travaillé comme des esclaves, sans but, diminuant ainsi eux-mêmes et leurs talents, avec la conviction intime que si jamais le succès leur venait, ce serait un coup du sort et de la chance, et non le résultat dû à leurs efforts.

Aucun homme ne peut devenir prospère aussi longtemps qu’il garde des pensées de limitation et de besoin. Nous ne recevons pas les choses que nous ne croyons pas pouvoir recevoir. Nous n’accomplissons pas ce dont nous ne nous croyons pas capables, même si nous avons l’habileté nécessaire pour le faire.

Ne préméditez pas l’échec

Je connais un garçon qui, au collège, était toujours sûr d’avance qu’il échouerait à ses examens, et il échouait invariablement. Cependant son insuccès était dû beaucoup plus à sa crainte de l’insuccès qu’à un manque d’habileté ou de préparation dans ses études. Il avait pris l’habitude de s’attendre à l’insuccès, de prédire son échec, et autant que je le sais, l’insuccès et les échecs l’ont accompagné toute sa vie.

Aucune loi philosophique ne peut produire l’opposé de ce que vous gardez dans votre esprit. Si vous avez des craintes, des soucis et des doutes, si vous pensez à des temps difficiles et en parlez, si vous redoutez une panique ou une crise financière, vos affaires diminueront en conséquence.

Si d’autre part, vous avez confiance et attendez de meilleures choses, si vous êtes convaincu que vos conditions s’amélioreront, vous mettez en action un courant de pensées qui soutiendra vos efforts avec une force irrésistible. Mais un courant de pensées saturées de crainte, de doute et de découragement neutralisera vos efforts les plus intrépides.

Au lieu de commencer leur carrière active avec une attitude victorieuse, avec l'idée que leur carrière sera une marche triomphante, la plupart, si ce n'est la majorité des jeunes gens, la commencent avec l'impression qu'ils ne sont pas équipés pour la victoire, et ceci parce qu'ils ont été élevés dans la crainte de l'insuccès et de la pauvreté, dans la terreur de la misère.

Mettez-vous bien dans l'esprit qu'un Créateur bienfaisant, qui a créé un univers plein de bonnes choses pour notre usage et notre jouissance, n'a jamais pensé que nous y serions affamés ou misérables. Si nous ne réussissons pas, si nous sommes malheureux, cela provient de notre attitude envers Dieu et envers la vie.

La plupart d'entre nous prennent la position de mendiants, au lieu de celle d'enfants du Père tout-puissant, et nous restons des mendiants toute notre vie.

Le pire résultat de la pauvreté est de nous laisser croire que nous resterons toujours pauvres, que nous ne pouvons empêcher cela.

Les premières années d'une multitude d'enfants sont saturées de la suggestion de la pauvreté. Ils respirent une atmosphère de pauvreté. Ils entendent constamment parler de pauvreté. Ils acquièrent un vocabulaire de pauvreté. Leurs pères et leurs mères parlent constamment de leurs conditions difficiles, se plaignent d'être nés pauvres et de devoir mourir pauvres. Les enfants élevés dans un semblable milieu prennent une sorte d'habitude de la pauvreté dont il est très difficile de les guérir.

Il faut d'abord changer vos pensées

La pensée conduit toujours à un but. Il serait impossible à la grande masse des pauvres gens d'améliorer leur position matérielle en conservant leur attitude mentale actuelle, en croyant que les autres ont de la chance et qu'eux n'en ont point, en continuant à se plaindre de leur sort et à

croire que les riches obtiennent tout ce qu'il y a de bon dans ce monde, tandis qu'eux n'ont que les restes.

La plupart des pauvres gens ont la même attitude en face de la pauvreté que les malades en face de la santé. Ceux qui souffrent continuellement ne s'attendent pas à être jamais bien. Ils redoutent constamment le développement de quelque maladie, surveillent les symptômes, s'imaginant qu'ils ne pourront échapper à tels ou tels maux.

Le moyen d'obtenir la santé est d'y croire, de s'y attendre. En pensant constamment à la santé, on se place dans les conditions favorables pour l'obtenir. Il en va de même pour la prospérité.

Il n'y a pas longtemps, un pauvre homme me disait qu'il serait tout à fait satisfait s'il pouvait avoir l'assurance de ne jamais aller à l'hôpital, et d'avoir toujours de quoi pourvoir aux premiers besoins de sa petite famille. Il disait qu'il n'avait pas envie d'autre chose, et ne demandait aucun luxe. Il avait toujours été pauvre, et il savait qu'il le serait toujours.

C'est justement ses pensées qui le maintenaient dans la pauvreté, car il était bon travailleur. Mais il travaillait simplement pour avoir de quoi vivre, et n'attendant rien d'autre, il attirait ainsi à lui la pauvreté et les conditions défectueuses.

Commencez par un nettoyage physique et mental

Nous voyons cette vérité confirmée, en observant les hommes âgés qui cherchent une place. Toute leur attitude exprime leur pauvreté ; leur expression exprime leur désespérance. Ils ont l'apparence d'hommes qui descendent la colline, et ils ressentent ce qu'ils expriment.

Leur apparence est le reflet de leur pensée. Leurs vêtements, leurs manières, leur allure, leur regard, tout en eux correspond à leur attitude mentale, et témoigne de leur décadence.

Si ces hommes voulaient seulement se redresser, soigner leurs vêtements avant de chercher une place, il y aurait de l'espoir pour eux. S'ils ne peuvent se procurer des vêtements neufs, ils peuvent au moins brosser les vieux, cirer leurs chaussures, prendre un bain et se raser, et par-dessus tout, changer leur attitude mentale ; leurs chances augmenteraient de 1 à 10 par ce nettoyage physique et mental.

Vouloir le succès, c'est le voir arriver

Un homme qui veut obtenir une place doit avoir confiance en lui-même, s'attendre au succès, autrement personne ne l'engagera. L'employé qui se présente devant un patron avec une attitude découragée, qui se lamente de la difficulté qu'il y a, pour un homme qui n'est plus jeune, de trouver une place, n'est pas près d'être engagé.

Si vous êtes tombé dans les griffes d'une pauvreté si affreuse qu'elle vous prive même du désir d'en sortir, vous êtes empoisonné par vos propres pensées. Voilà ce qui chasse le bonheur, la santé et la prospérité.

La pauvreté est une maladie comme la petite vérole ou la tuberculose. Elle est aussi anormale pour l'être humain que la maladie. Il en est de même de l'insuccès. La crainte et le souci, l'inquiétude, sont des maladies mentales auxquelles peu d'êtres humains échappent ; mais nous découvrons graduellement une antitoxine pour le virus de ces maladies, si fatales à la santé, au bonheur et à la prospérité.

La Bible nous dit que : “La ruine des misérables, c'est leur pauvreté.” Chaque investigation faite dans les bouges de nos grandes villes prouve que cette parole est d'une vérité absolue.

Les victimes de la pauvreté

L'extrême pauvreté est un fléau qui tire en bas, toujours plus bas ses victimes, qui fait de la vie une lutte pénible pour obtenir une croûte de pain qui maintiendra l'âme dans le corps. Parfois, elle conduit le désespéré au crime ; s'il est trop fier pour mendier ou voler, il se tue plutôt que d'attendre que la terrible faim fasse son œuvre.

Chaque année, la pauvreté réclame des milliers d'innocentes victimes parmi les petits enfants qui meurent de maladie ou de manque de soins, dans des taudis humides où le soleil n'entre jamais.

Elle se glisse dans les ateliers et les fabriques, où l'enfance privée de ses droits se transforme en hommes et en femmes déjetés et contrefaits, pleins d'aigreur, de mécontentement, et de désirs inassouvis. Elle pousse des multitudes au crime, à la folie ou à la mort.

Bref, la pauvreté est responsable de plus d'ignorance et de crimes, de plus de mécontentement et de malheur, de plus de suicides et d'ambitions ruinées, de plus de naufrages que toute autre chose. Vraiment "la ruine des misérables, c'est leur pauvreté".

Chassez la maladie de la pauvreté

Si nous voulons progresser comme race, nous devons énergiquement chasser la maladie de la pauvreté de nos milieux. Au lieu de célébrer ses bénédictions, comme quelques-uns le font, c'est notre devoir de nous en libérer, et d'aider les autres à en faire autant.

La maladie de la pauvreté, la malédiction de la pauvreté n'est pas un décret de la Providence. Elle est en grande partie le résultat de l'ignorance. Chaque être humain pourrait vivre ici-bas confortablement s'il connaissait les puissances intérieures qu'il possède et savait en faire usage. Si les antidotes de la pauvreté étaient aussi connus que les antidotes des poisons, il n'y aurait plus de pauvres.

Les êtres humains, dans leur ensemble, sont dans la même position, en ce qui regarde l'antitoxine de la pauvreté, que les médecins en face de la découverte récente de l'antitoxine de quelque terrible maladie. Les docteurs ne savent pas comment l'appliquer d'une manière sûre et effective, et jusqu'à ce que la pratique ait fait connaître sa valeur, son usage est limité. Quand la connaissance et l'usage du remède contre la pauvreté s'étendront, la maladie sera vaincue.

La maladie de la pauvreté peut se guérir

À mesure que la race devient plus intelligente et mieux éduquée, nous éliminons une multitude de conditions auxquelles les gens se croyaient autrefois astreints pour toute leur vie. Bien des maux qui ont été vaincus par la science et l'éducation, étaient autrefois regardés comme des fléaux envoyés par Dieu pour nous punir de nos péchés. Des maladies qui jetaient la terreur dans les cœurs, il y a une centaine d'années, et que les gens fuyaient avec horreur, n'inspirent plus aucune crainte aujourd'hui.

L'intelligence et la science ont vaincu les grandes pestes qui faisaient des millions de victimes, au moyen âge et dans l'antiquité. Nous n'avons plus peur aujourd'hui de ces pestes, parce que nous en avons reconnu la cause. Nous savons maintenant qu'on peut empêcher ces terribles épidémies au moyen d'une hygiène scientifique et d'une manière de vivre intelligente. Nous savons que ces fléaux étaient le résultat de l'ignorance, et non des jugements de Dieu.

N'est-il pas raisonnable de croire qu'ayant vaincu de nombreux ennemis de notre race par des pensées intelligentes et des méthodes scientifiques nous pourrons arriver à les vaincre tous par les mêmes moyens ?

Il n'est pas nécessaire d'appeler un docteur pour traiter la maladie de la pauvreté. Celui qui en souffre peut être son propre médecin ; il peut se guérir lui-même.

Si vous êtes affligé de cette maladie, et désirez savoir comment vous pourrez vous guérir, lisez le chapitre suivant.

Chapitre VII
Devenez un aimant qui attire la prospérité

La culture de la pensée est l'affaire la plus importante de la vie. L'habitude de réclamer comme notre bien, comme une réalité présente, ce que nous désirons de tout notre cœur, est une puissance merveilleuse qui attire les choses que nous désirons. Plus nous retenons avec persistance la pensée do la prospérité, plus nous la fortifions et l'intensifions, plus nous accroissons son pouvoir d'attirer cette prospérité.

La loi de l'attraction

Nous sommes ainsi faits, que tout ce que nous recevons dans la vie est le reflet de ce qui, premièrement, est sorti de nous. Toute pensée que vous exprimez, vous attirera dans le monde matériel une réalité correspondante.

Chaque être humain est un aimant dont la puissance attractive peut être développée dans toute direction désirée. Chacun peut diriger cette puissance de manière à attirer à lui ce qu'il veut.

Avant que votre vie soit réellement efficace, vous devez faire de vous-même un aimant qui attire les choses qui la rendront telle. Vous devez apprendre à attirer à vous tout ce qui vous aidera à réussir dans votre travail, tout ce qui vous rendra capable d'atteindre votre but.

Si la pauvreté vous écrase, vous pouvez la vaincre en faisant de vous-même un aimant qui attire la prospérité. Nous vivons au milieu d'un courant de ressources inépuisables. C'est notre faute si nous ne retirons pas de ce courant ce dont nous avons besoin.

Ce que nous recevons dans la vie, nous le devons à la loi de l'attraction. Les semblables attirent leurs semblables.

Tout ce que vous avez acquis dans ce monde, vous vous l'êtes attiré par votre mentalité. Vous pouvez dire que vous avez gagné ces choses, que vous les avez achetées avec votre salaire, prix de vos efforts.

Cela est vrai, mais votre pensée a précédé votre effort, votre plan mental a précédé votre œuvre.

Gardez une attitude mentale positive

Le simple changement de votre attitude mentale changera très vite vos conditions d'existence. Votre décision de considérer dorénavant la prospérité, de la cultiver, de faire de vous un aimant qui l'attire, fera venir à vous les choses qui vous permettront de réaliser votre ambition.

Le texte : "L'homme dont le regard est bienveillant sera béni", exprime une vérité fondamentale. Les peintures que vous retenez par les yeux de votre intelligence, les pensées que vous entretenez, jour après jour, construisent vos conditions extérieures.

Ce sont des forces réelles qui travaillent incessamment dans l'invisible, et plus vous pensez et entrevoyez des conditions favorables, plus vous accroissez votre puissance pour les obtenir. Vous faites de vous-même un aimant qui attire les choses que vous désirez ; c'est une loi psychologique.

La prospérité commence dans l'esprit

Si vous désirez devenir un aimant qui attire la prospérité, vous ne devez pas seulement penser à elle, mais aussi tourner résolument le dos à la pauvreté. Commencez aujourd'hui ; n'attendez pas à demain.

Prenez une apparence prospère. Habillez-vous, marchez, agissez, pensez comme un homme ou une femme prospère. Vous devez refuser de voir ou de connaître la pauvreté. Vous ne devez pas la laisser subsister dans vos

manières. Vous devez en effacer les marques, non seulement dans votre attitude mentale, mais autant que possible dans votre apparence.

Même si vous n'êtes pas tout de suite capable de porter de beaux habits, ou de vivre dans une belle maison, vous pouvez en manifester l'espoir, attendre le glorieux héritage qui est votre patrimoine, et, autour de vous, tout reflétera cet espoir.

La prospérité commence dans l'esprit. Vous pouvez en poser les fondements dans votre pensée, vous entourer d'une atmosphère de prospérité. En d'autres termes, vous matérialiserez dans votre environnement, dans votre vie, ce qui demeure dans votre esprit.

Nous entendons dire de certaines personnes qu'elles ont toujours de la chance, que tout vient au devant d'elles. Les choses viennent à leur rencontre parce qu'il y a d'invisibles pensées-forces qui rayonnent de leur esprit dans la direction du but qu'elles ont choisi.

Penser de meilleures choses, voilà la première aide du pauvre.

Vous représenter vous-même comme un être prospère, vivant dans une confortable demeure, portant de bons vêtements, entouré de bien-être, dans une position qui vous facilitera le travail au service de l'humanité, c'est vous placer dans le courant qui se dirige vers le succès.

N'ayez pas peur de demander de l'argent à notre Créateur

Il est étrange que la plupart d'entre nous croient que le Créateur les aidera en tout, sauf dans leurs difficultés financières. Nous avons l'air de croire qu'il est presque sacrilège de lui demander l'argent nécessaire pour pourvoir à nos besoins. Nous lui demandons de nous consoler dans nos afflictions, de nous soulager dans nos chagrins, et de guérir nos maladies, mais lui demander de nous aider à

payer notre loyer, à gagner notre pain quotidien ne nous semble pas bien.

Cependant nous savons parfaitement que chaque bouchée de nourriture que nous prenons, que l’étoffe des vêtements que nous portons, que les matériaux qui ont servi à faire les maisons dans lesquelles nous demeurons, que l’air que nous respirons, tout provient de la Source divine des ressources infinies.

Si le soleil s’obscurcissait, ou cessait d’envoyer ses rayons magiques sur la terre, au bout de quelques jours il n’y aurait plus un être vivant sur la surface du globe.

Aucun être humain, aucun animal, aucune plante ne peut exister sans lui. Sans la puissance énergétique du soleil, toute vie cesserait sur notre planète. Elle deviendrait aussi froide, aussi stérile aussi morte que la lune.

Le Créateur est le constructeur et le pourvoyeur de l’univers. Tout ce que nous avons vient de lui ; sans les ressources qui découlent de son abondance, nous ne poumons vivre un seul instant.

Pourquoi ne demanderions-nous pas à cette Source inépuisable l’argent dont nous avons besoin ? La vérité est que nous avons été créés pour vivre dans l’abondance. Le Créateur n’a jamais eu l’intention que ses enfants se traînent dans la pauvreté et passent leur existence à lutter péniblement. Ils ont droit à leur patrimoine, qui consiste en tout ce qui est bon et beau, tout ce qui est nécessaire à leur bien-être.

La seule réelle pauvreté est dans l’esprit

C’est notre faute si nous sommes pauvres. La porte de l’opulence est ouverte à tout être humain, et nul autre que lui-même ne peut la fermer. Personne ne peut le priver de son héritage divin. La seule réelle pauvreté est dans l’esprit, et nul ne peut gouverner son esprit que lui-même.

N’admettez pas un seul instant la pensée qu’autre chose que la prospérité puisse vous atteindre, car elle est votre patrimoine, et parce qu’elle l’est, vous pouvez la réclamer. Au lieu d’admettre la pauvreté, dites-vous : “Je vis au milieu de l’abondance. Je ne manque de rien de ce qui m’est nécessaire, parce que mon Père est la source infinie de tout bien.”

Ne faites pas honte au Créateur

Je suppose que vous êtes pauvre et que vous vivez dans une humble demeure ; ayez une conversation avec votre femme et vos enfants, et prenez ensemble la résolution d’améliorer vos conditions, et de considérer dorénavant la prospérité au lieu de la pauvreté.

Dites-vous :

“C’est une honte pour un enfant de Dieu d’exhiber une telle apparence de pauvreté. Je fais honte à mon Père en donnant l’impression à mon prochain que tout va mal pour moi, que la vie m’a désappointé. C’est de l’ingratitude.

“Je peux au moins être reconnaissant pour la santé que j’ai, pour le privilège de vivre à l’air pur et à la lumière du soleil que Dieu nous donne, en relevant la tête et en ayant la démarche élastique et joyeuse qui convient à un enfant de Dieu.

“J’insulte réellement le Dieu que je prie, en reflétant un tel désespoir et une telle pauvreté dégradante, grâce à mon attitude mentale qui efface l’image divine sur mon visage. Peu importe le peu que je possède, je puis au moins avoir une apparence respectable. Je puis montrer que je me respecte moi-même en me débarrassant de toute apparence déprimante et de l’influence de la pauvreté.”

Attirez la prospérité

Arrangez votre foyer de manière à le rendre aussi attrayant et gai que possible, agissez de même avec vos vêtements et votre apparence générale, entourez-vous d'une atmosphère d'espoir et montrez à tout le monde, par l'expression de votre regard, que vous attendez de meilleures choses, et qu'il s'est fait un changement en vous.

Vos voisins le remarqueront ; ils verront la transformation qui se sera opérée dans votre foyer, chez votre femme, chez vos enfants.

De cette manière, vous ferez de vous-même un aimant qui attirera la prospérité ; vous irradierez les pensées d'espoir, d'ambition, de détermination. Vous établirez ainsi les conditions du succès. Les pensées positives de prospérité s'échappent comme un courant et rencontrent d'autres courants similaires de pensées.

Si vous désirez une meilleure position, un salaire plus élevé, de l'argent pour payer vos dettes ou pour acquérir ce dont vous avez besoin, quoi que ce puisse être, cramponnez-vous avec toute la puissance de votre esprit à la chose que vous désirez recevoir, et ne doutez pas un seul instant de l'obtenir.

Les besoins et les privations n'ont rien à faire avec ce point de vue. Votre héritage est divin, grand, sublime. Vous devez à Celui qui vous a donné la vie, la santé, qui vous a donné le cerveau capable de penser, de faire quelque chose de vous-même, d'améliorer votre situation.

"L'Éternel est mon berger, je ne manquerai de rien", c'est impossible. Retenez fermement cette pensée dans votre esprit. Croyez en elle, vivez-en.

Les pensées de foi et de confiance attirent les choses qui leur sont semblables.

L'antidote naturel du germe de la pauvreté

La pauvreté est une maladie qui ne peut être guérie que par le remède de la prospérité. La pensée de prospérité est l'antidote naturel du germe de la pauvreté : elle le tue. Une pensée de pauvreté ne peut exister dans l'esprit en même temps qu'une pensée de prospérité ; l'une chassera l'autre. Il vous appartient de décider celle que vous voulez retenir et cultiver.

Soyez conscient de votre unité avec la Source de tout bien. Gardez toujours ouverts les canaux qui existent entre vous et la Source infinie.

Ayez une grande foi dans votre Père céleste, qui est plus désireux de votre bien-être que le meilleur des parents humains. Tirez ferme sur l'ancre qui vous unit à la Vie infinie ; maintenez-vous dans le courant qui se dirige vers Dieu, et votre vie ne sera pas flétrie et desséchée par des pensées de pauvreté.

Cherchez d'abord les ressources mentales

Le malheur est que nous avons été habitués à chercher, avant tout, les ressources matérielles, tandis que nos premières ressources devraient être mentales. Nos pensées, nos convictions, ouvrent ou ferment les avenues par lesquelles les ressources nous parviennent. Nous matérialisons la pauvreté par nos pensées, par nos craintes du besoin.

Souvenez-vous que la prospérité ne peut pas vous atteindre tant que votre esprit est plein de pensées et de conviction de pauvreté. Nous avançons dans la direction de nos pensées et de nos convictions.

Vous devez croire d'une manière positive que vous réussirez dans tout ce que vous désirez être ou faire, avant de pouvoir espérer le succès. C'est la première condition à remplir pour faire de vous un aimant qui attirera les choses que vous désirez.

Quelques exemples

Quand le jeune John Wanamaker partit, avec sa charrette, pour vendre son premier lot de vêtements, il mit le pied dans le chemin qui le conduisit à devenir un prince du commerce. Tandis qu'il passait devant les grands magasins de confection, il se représentait qu'il serait, lui aussi, un jour, un grand marchand, propriétaire d'un établissement plus important que tous ceux qu'il voyait, et il ne neutralisa, ni n'affaiblit le courant de ses pensées par toutes espèces de craintes ou de doutes relatifs à la possibilité d'atteindre le but que lui montrait son ambition.

Le maréchal Field se sortait, mentalement, d'un petit magasin de campagne pour devenir commis à Chicago. Puis il se vit, en pensée, et travailla à devenir, non plus commis, mais associé. Toujours pensant et travaillant à s'élever, il se vit bientôt à la tête d'un des plus grands établissements commerciaux de l'Amérique, si ce n'est du monde entier. Son intelligence allait toujours de l'avant. Il se voyait constamment dans une situation plus élevée, et faisait ainsi de lui-même un aimant qui attirait les choses qu'il recherchait.

Si John Wanamaker s'était contenté de sa position première, il serait resté dans un petit magasin de Philadelphie, et se serait enlevé toute possibilité de devenir ce qu'il est maintenant, un des plus grands négociants du monde. Si le maréchal Field n'avait pas ambitionné une position plus élevée, il serait resté dans le petit magasin de Pittsfield, dont le possesseur prédisait qu'il ne réussirait jamais dans le commerce. "Je veux aller à Chicago, la cité des occasions," se disait-il ; il y alla et monta toujours plus haut, tandis que le petit marchand qui avait prédit son insuccès restait un lilliputien, comparé à lui.

L'histoire de chacun de ces hommes est celle de tout homme qui a réussi dans ses entreprises. Il peut n'avoir pas été conscient de la loi qui gouvernait ses actions, mais il lui obéissait, et réussissait.

On peut en dire autant de Andrew Carnegie, et de tous les millionnaires et fils de leurs œuvres qui, nés dans la pauvreté, sont parvenus à posséder des fortunes colossales et à occuper des positions élevées dans une des branches de l'activité humaine.

Se sortir de la pauvreté est une chose ; considérer l'argent comme le bien suprême et n'avoir qu'un but, en gagner, est une autre chose.

Le traitement mental de la prospérité

Les gens qui sont en bas, financièrement, le sont aussi mentalement. Ils souffrent de la maladie mentale du découragement, de la désespérance. L'État devrait ouvrir des institutions pour le traitement de ceux qui souffrent de la pauvreté, car ils ont autant besoin que l'on s'occupe d'eux que les habitants de nos hôpitaux. Ils auraient besoin de médecins mentaux. Ils ont perdu la trace du chemin de la vie, et ils auraient besoin qu'on les y ramène. Ils auraient besoin qu'on change leur mentalité, et qu'on les tourne du côté de la lumière.

La maladie de la pauvreté pourrait être guérie, dans la plupart des cas, par un traitement mental approprié. Si les gens, qui forment aujourd'hui la grande armée des misérables, pouvaient être convaincus que s'ils voulaient seulement tourner leur visage vers la lumière, leur condition s'améliorerait immédiatement, ils feraient un nouveau bail avec la vie, et reprendraient courage.

Ce traitement mental de prospérité éveillerait en eux un nouvel espoir, qui les conduirait à des efforts fructueux.

Les médecins de la liberté d'esprit

Le temps n'est pas loin où nous aurons des médecins qui se feront une spécialité d'enseigner aux gens à libérer leur esprit des pensées qui produisent la pauvreté, à les

remplacer par leurs contraires, et à augmenter ainsi constamment leur puissance mentale d'attraction, jusqu'à ce que l'esprit devienne un puissant aimant attirant la prospérité.

Ces spécialistes enseigneront aux peuples le pouvoir créateur de la pensée juste, et leur montreront comment attirer les choses qu'ils désirent, au lieu de les écarter comme tant de gens le font par une fausse manière de penser. Les ecclésiastiques de l'avenir s'occuperont aussi à éliminer la pauvreté chez leurs paroissiens, en leur enseignant à détourner d'elle leurs pensées, pour les porter sur la prospérité.

La guérison des maladies physiques s'effectue en éveillant chez le malade les forces curatives et vivifiantes qui sont en lui. Ces forces sont surtout mises en action par la foi au docteur et aux remèdes. L'attitude mentale bienfaisante, ainsi créée, surmonte la maladie.

La guérison de la pauvreté s'effectue d'après le même principe. Celui qui en souffre doit tout premièrement avoir foi dans le grand Médecin de l'univers. Quand cette foi existe, il n'est pas difficile de remplir son esprit de pensées de prospérité, de la pensée que notre Père céleste est la Source de l'abondance, le Possesseur de toutes les fortunes de la terre, et qu'il est infiniment meilleur et plus désireux de notre bien-être, que la plus tendre mère peut l'être du bonheur de son enfant.

Le traitement à la portée de tous

Nous n'avons encore utilisé qu'une bien faible partie des ressources du monde. Chaque habitant de cette terre foule aux pieds, chaque jour, des secrets qui émanciperaient l'homme du travail pénible, et lui permettraient de vivre heureux, au lieu de dépenser la majeure partie de son existence à gagner tout juste de quoi vivre. Jusqu'ici, dans la grande majorité des cas, nous n'avons vécu que de la coque des choses.

Nous commençons maintenant à entamer l’amande, parce que nous arrivons à comprendre les puissances cachées en nous-mêmes, ainsi que les ressources illimitées de l’abondance qui est en Dieu. Ici et là, des gens se rendent maîtres de la loi de l’opulence. Ils démontrent qu’on peut vaincre la pauvreté en se faisant soi-même un aimant qui attire la prospérité, c’est-à-dire en pensant et en travaillant en conformité avec la loi de l’opulence, de l’abondance.

Il est vraiment monstrueux que tant d’enfants de Dieu meurent de faim sur les bords du courant de l’abondance, si plein de toutes les bonnes choses de l’univers. Il n’y a pas d’excuse pour l’horrible misère et les souffrances qui existent sur la terre.

Il n’y a aucune raison pour que les enfants du Roi des rois soient harassés et torturés, conduits prématurément au tombeau par la pauvreté, car le Créateur a pourvu richement aux besoins de tous ses enfants, afin qu’ils aient en abondance tout ce qui leur est nécessaire. Il n’y a aucune raison pour que ceux qui ont en héritage tous les biens de la terre restent pauvres.

Quand nous affirmons notre divinité et réclamons notre héritage ; quand nous réalisons que, par droit de naissance, nous sommes en relation avec la Source de tous les biens ; quand nous savons que Dieu n’a jamais eu l’intention que ses enfants soient pauvres ou souffrent de la faim, alors nous avons posé le principe qui est à la base de la prospérité.

Prenez l’attitude victorieuse envers la vie, et vous surmonterez toutes les conditions défavorables.

Chapitre VIII
La suggestion de l'infériorité

De même que les initiales que les garçons taillent dans l'écorce des jeunes arbres forment de vilaines cicatrices quand l'arbre a grandi, de même les suggestions d'infériorité, gravées dans l'esprit de l'enfant, forment de vilaines cicatrices dans la vie de l'adulte.

Vous pouvez réussir quand les autres ne croient pas en vous, mais vous ne réussirez jamais si vous ne croyez pas en vous-même.

Les marques d'infériorité

Dans les anciens temps, les criminels, les fugitifs et les esclaves étaient marqués au fer rouge. Les mots "je suis un fugitif", "je suis un voleur", ou d'autres indiquant leur crime ou leur infériorité, étaient imprimés sur quelque partie de leur corps. À Rome, les voleurs étaient marqués au front d'une lettre dégradante. Les travailleurs dans les mines, les convicts et les gladiateurs étaient aussi marqués au fer rouge.

En Grèce, les esclaves étaient parfois marqués d'un fragment poétique aimé de leur maître. En France, l'empreinte gravée au feu, que portaient les esclaves et les criminels, prit souvent la forme d'une fleur de lys. En Angleterre, les déserteurs de l'armée étaient marqués de la lettre D, et les vagabonds, les voleurs et les braillards portaient une marque qui témoignait de leur disgrâce.

La coutume barbare d'imprimer sur les êtres humains la marque du crime ou de l'infériorité persista en Amérique, même lorsqu'elle eut été abolie dans la mère patrie. "La lettre rouge" de Hawthorne nous donne une vivante peinture des souffrances infligées aux délinquants par les Puritains moralistes du temps des colons.

L’héroïne tragique Hester Prynn, n’eut jamais la permission d’oublier son péché, la sinistre lettre rouge avec laquelle on l’avait marquée proclamait sa honte auprès de tous ceux qu’elle rencontrait.

Longtemps encore après la période des colons, jusqu’au jour de leur émancipation, les esclaves de la chrétienne Amérique portaient, gravées au fer rouge, les initiales de leur possesseur, tout comme dans la Grèce et la Rome païennes.

La seule idée de cette façon de marquer d’un signe indélébile la disgrâce ou l’infériorité des êtres humains nous choque, nous, gens modernes. Cependant, nous n’hésitons pas à marquer encore aujourd’hui certaines gens avec la lettre rouge de la proscription ou la marque à feu de l’ostracisme. Nous gravons l’empreinte du criminel sur nos prisonniers, en rasant leur tête et en leur faisant porter un costume spécial, qui leur suggère constamment qu’ils sont hors la loi, des criminels, des êtres à part de l’humanité.

Nous employons même notre marque à feu dans notre propre demeure. Pour satisfaire notre vanité, nous forçons nos domestiques à porter, comme marque de leur infériorité, une livrée qui leur rappellera qu’ils sont d’un rang inférieur au nôtre. Sans cette marque, la servante pourrait, dans bien des cas, être prise pour la maîtresse, et le valet pour le maître qu’il surpasse d’apparence et de caractère.

Le droit divin de chaque être humain

Il y a certains droits inaliénables que les êtres humains ont hérité de leur Créateur, droits qu’aucun homme, aucune autorité ne doit pouvoir leur enlever. Peu importe l’offense commise par tel ou tel envers la société, nous n’avons aucun droit de le dégrader en le plaçant au-dessous du niveau des êtres humains.

Nous n’avons aucun droit de le bombarder avec la suggestion de la dégradation, de l’infériorité qui, presque

certainement, en fera moins qu'un homme, d'abaisser son estime de lui-même à tel point, que nous lui enlevions la possibilité de reconquérir le respect de l'humanité et sa position dans la société.

Nous n'avons pas le droit d'exiger que ceux qui travaillent pour nous, portent la livrée, signe d'infériorité. Nous n'avons pas le droit d'imprimer perpétuellement la suggestion de l'infériorité dans l'esprit d'aucun être humain.

Ne sous-estimez jamais

Un des plus grands torts que nous puissions faire à quelqu'un est de le convaincre qu'il n'est rien, et qu'il n'arrivera à rien. La suggestion d'infériorité est responsable de plus d'ambitions détruites, de plus de vies manquées, de plus d'insuccès, de misères et de malheurs, que toute autre cause. De même que la goutte d'eau tombant sur une pierre parvient à la creuser, ainsi la constante répétition d'une constatation la fera accepter.

Même si les faits la contredisent, une constante suggestion présentée à l'esprit nous impressionne en dépit de nous-mêmes, et tend à nous faire croire à sa réalité.

Quand le poids de la guerre civile écrasait presque Lincoln, quand il était de mode de le dénoncer, de le critiquer et de le condamner, quand il était caricaturé sous la figuré d'un monstre hideux, on l'entendit un jour se dire en traversant le vestibule de la Maison Blanche : “Mais, Lincoln, es-tu un chien ou es-tu un homme ?” Il semble que pendant ces jours sombres, Lincoln ait quelquefois douté d'être réellement l'homme que ses amis connaissaient, plutôt que celui qu'une presse antagoniste représentait.

La malédiction de la suggestion de l'infériorité

La malédiction de la suggestion de l'infériorité ne tend pas seulement à détruire notre confiance en nous-mêmes,

mais elle réussit souvent à donner à l'innocent l'apparence d'un coupable. Quand le capitaine Dreyfus, grâce à une terrible conspiration, fut accusé du crime de trahison envers la France, il prit extérieurement l'apparence d'un coupable. Quand, en présence d'une grande foule, à Paris, il fut dégradé et dépouillé de tous les insignes de son rang d'officier, quand ses épaulettes et les boutons de son uniforme furent arrachés et son sabre brisé, quoiqu'il fût conscient de son innocence, son attitude déprimée lui donna l'air d'un coupable.

Et, à part quelques amis qui croyaient en lui, la multitude de ceux qui assistaient à sa disgrâce publique étaient persuadés que cette attitude prouvait sa culpabilité. Le cerveau de l'infortuné Dreyfus était un poste récepteur télégraphique influencé par la haine, le mépris de millions de gens, qui le considéraient comme un vil traître ayant vendu un précieux secret militaire à l'Allemagne.

Réfléchissez bien avant de dire quoi que ce soit aux enfants

Nous sommes tous influencés, en bien ou en mal, par la suggestion, mais les enfants et les jeunes gens y sont tout particulièrement accessibles.

L'enfant a naturellement confiance en ses parents et dans ses maîtres, et accepte comme vérité tout ce qu'ils lui disent. Il a une foi implicite en leur savoir et en leur expérience, et quand ils lui disent qu'il est stupide, maladroit, lourd ou mauvais, il accepte leur verdict. Il en prend son parti, il se croit un imbécile, et pense que ses supérieurs ont raison en affirmant qu'il ne sera jamais bon à rien.

Il est criminel de la part d'un parent ou d'un instituteur de marquer un enfant au fer rouge de la stupidité ou de la méchanceté, de lui dire qu'il n'y a rien de bon en lui et qu'il n'arrivera jamais à rien. L'effet que de telles paroles peuvent produire sur un sensitif est désastreux.

Des milliers de garçons et de jeunes filles ont été mentalement rabougris, leur carrière a été entravée, et dans quelques cas complètement ruinée, par cette cruelle suggestion d’infériorité.

J’ai connu des hommes qui ont tellement reproché à leurs fils leur stupidité, que ceux-ci se sont imaginé qu’ils étaient presque idiots et n’arriveraient jamais à rien. Et en effet, plusieurs d’entre eux ne donnèrent rien de bon, grâce à la conviction d’infériorité suggérée par leur père.

Je me souviens d’un garçon sensitif, qui pour la moindre peccadille était constamment injurié par son père, qui le traitait d’imbécile, de stupide, de maladroit, de propre à rien.

Le pauvre petit perdit si complètement la confiance en lui-même, et devint si poltron, qu’il n’osait plus regarder personne en face. On ne pouvait le décider à entrer dans la maison quand il y avait des visites. Il se dérobait, et allait se cacher dans un hangar, jusqu’à ce qu’elles fussent parties.

Il en arriva même à fuir les garçons de son âge et les voisins qu’il connaissait depuis son enfance. Ce garçon était cependant intelligent, et quand la mort de son père le livra à ses propres ressources, il parvint par sa force de volonté et sa persévérance, à se faire une place honorable dans la société.

Les conséquences peuvent être désastreuses

Mais il ne put jamais se débarrasser complètement de la conviction de son infériorité ou de son manque d’habileté lorsqu’il se comparait à ceux qui l’entouraient. Toute sa vie a été entravée par ces pernicieuses suggestions.

Chaque fois qu’on lui demandait d’assumer une responsabilité, de faire partie d’un comité, de parler en public, ou de se mettre en avant de quelque manière que ce soit, les impressions mentales reçues dans son enfance se dressaient devant lui et paralysaient sérieusement ses

efforts, tout en le privant d’une des meilleures choses de la vie, de la joie qui vient de la spontanéité et de la libre manifestation de soi-même.

Les enfants sont affectés par le blâme ou la louange, tout comme les animaux. Il est facile, au moyen de mauvais traitements, d’enlever l’expansion à un chien, au point qu’il fuira, la queue entre les jambes, avec l’air d’un coupable.

Les éleveurs de chevaux disent que lorsqu’un cheval a été battu plusieurs fois, il perd confiance en lui-même. Son entrain disparaît, et quand il voit les autres chevaux trotter de pair avec lui, ou même le devancer, un tant soit peu, il ne veut plus courir.

La perte de la confiance en soi-même a empêché bien des jeunes gens, qui avaient de réelles qualités latentes, de tenir leur rang dans la grande course de la vie.

Il y a des milliers et des milliers de garçons qui ne se développent pas rapidement. Leurs cerveaux sont bien conditionnés, mais ils travaillent lentement, ce qui les fait mal juger et méconnaître par leurs parents et leurs instituteurs.

Dans d’autres cas, la stupidité et la lenteur reprochées à certains enfants ne sont qu’apparentes. Elles sont souvent la conséquence de la timidité, de la réserve, d’une pudeur excessive. Ces enfants n’osent pas s’affirmer, surtout dans les familles où la discipline est sévère et stricte ; ils ont peur de parler à haute voix et d’exprimer leurs sentiments.

La suggestion d’infériorité renforce ce défaut jusqu’à ce qu’il devienne une manie. La plupart des tragédies qui suivent les examens de nos écoles publiques et de nos collèges sont le résultat d’un sentiment poignant d’infériorité.

Chaque année, les élèves de ces établissements souffrent d’une dépression nerveuse, qui peut même les conduire au suicide, pour avoir “raté” leurs examens. Le chagrin et l’humiliation que leur procure le sentiment

d'infériorité suggéré par leur insuccès, les déprime. Dans la plupart de ces cas, c'est un manque de confiance, et non un manque de capacité, qui est la cause de leur insuccès.

Et si la suggestion d'infériorité est assez puissante pour conduire des jeunes gens au suicide, son contraire, la suggestion de supériorité, multiplierait certainement l'habileté des jeunes gens et opérerait des miracles dans leur carrière.

Un enfant ne devrait jamais entendre quoi que ce soit qui puisse lui faire croire à son infériorité. Toute son éducation doit tendre à développer la confiance en lui-même, en ses forces, en ses possibilités. L'enfant qui est impressionné, pendant les années de son développement, par l'idée de son infériorité, souffre un tort que rien ne pourra compenser dans les années subséquentes.

Bien des jeunes employés, spécialement ceux qui sont sensibles, sont lésés d'une façon irréparable par des chefs qui les trouvent constamment en défaut, qui leur reprochent leurs moindres erreurs, et ne leur accordent jamais une parole de louange ou d'encouragement, même lorsque leur travail le mérite.

L'enthousiasme est l'âme du succès

Et l'on ne peut être enthousiaste pour son travail, ni y trouver de la joie, lorsqu'on n'est jamais encouragé et qu'on vous persuade qu'on ferait mieux d'entreprendre autre chose. Cette constante dépréciation et la continuelle suggestion d'infériorité ont ruiné plus d'une existence.

Un jeune écrivain, par exemple, est souvent rebuté dans ses premiers efforts, grâce à la critique sévère de son premier livre, ou au renvoi de son manuscrit par un éditeur qui ne l'encourage pas à continuer. La crainte de la critique et de l'humiliation, la peur d'être appelé fou ou stupide, a fané dans sa fleur la carrière de plus d'un jeune homme de talent qui, encouragé, aurait pu fournir une œuvre splendide.

De la même manière, un futur ecclésiastique ou un orateur en germe ont été découragés par l'insuccès et l'humiliation du ridicule. En d'autres termes, à moins qu'un jeune homme ne soit doué d'une énergie indomptable, la suggestion d'infériorité, les perpétuelles gronderies et les découragements peuvent sérieusement entraver sa carrière.

Reconnaissez et appréciez les qualités d'autrui

Si, au lieu de blâmer constamment les petites fautes et les méprises de ceux qui sont sous leurs ordres, et de prophétiser leur insuccès, les parents, les instituteurs, les patrons, et tous ceux qui ont charge d'âmes voulaient reconnaître et apprécier les qualités de ceux qu'ils élèvent ou emploient, il y aurait moins de misères et de crimes dans le monde, moins d'insuccès et de naufrages d'êtres humains.

L'infériorité n'est pas une fatalité

La perpétuelle suggestion d'infériorité empêche bien des peuples de donner ce dont ils seraient capables. Dans l'ancien Monde, en Chine, au Japon, aux Indes, en Angleterre et dans d'autres contrées européennes, que de maux ont été causés par les "castes" !

Que d'hommes et de femmes intelligents et capables ont été maintenus dans des positions inférieures, parce qu'ils ont été élevés dans la croyance qu'un domestique doit rester domestique, que leurs parents ayant été d'une condition inférieure, ils ne seront jamais eux-mêmes que des êtres inférieurs !

Quels cerveaux bien organisés, et quelles riches personnalités nous voyons remplir le rôle de serviteurs dans les hôtels, les restaurants et les maisons privées de l'Europe – personnalités souvent bien supérieures aux propriétaires eux-mêmes ! Saturés de l'idée que le fils doit suivre les traces du père, et quoi qu'infiniment supérieurs à ceux qu'ils

servent, ces hommes restent garçons de café, sommeliers, cochers, jardiniers ou humbles employés.

Peu importe les talents qu'ils possèdent, ils sont tenus en laisse par la conviction inébranlable que leur naissance a déterminé leur position dans la vie. Ils sont convaincus que les barrières élevées, l'hérédité et les castes, instituées par un système féodal désuet, sont insurmontables.

Les nègres ne sont pas systématiquement inférieurs

Quoique nous, Américains, nous critiquions sévèrement et dénoncions les distinctions de classes dans les autres pays, nous nous rendons coupables des mêmes errements, spécialement en ce qui concerne une fraction de nos compatriotes, les Américains de race nègre.

Quelque bien élevés, capables, fins ou charmants que soient un homme ou une femme, s'ils ont, ne fût-ce qu'une goutte de sang nègre dans les veines, nous les marquons du stigmate de l'infériorité de race.

Les humiliations que font subir les blancs aux gens de couleur

J'éprouve une réelle sympathie pour les gens de couleur, spécialement pour les hommes et les femmes bien élevés de cette classe, qui doivent souffrir vivement de l'éloignement qu'inspire leur race. Les blancs les évitent partout, refusent de s'asseoir à côté d'eux dans les endroits publics, dans les églises, les trains et les omnibus.

Dans le Sud, on ne leur permet même pas de voyager dans les mêmes trains que les blancs. Nos hôtels, nos écoles privées, nos endroits publics, et même beaucoup de nos églises, pratiquent ce même éloignement.

Les églises prétendent ne pas repousser les gens de couleur, mais leurs membres les éloignent pratiquement par leur attitude.

Partout, dans notre pays où nous proclamons que tous les hommes sont nés libres et égaux, les nègres sont entravés, placés à leur désavantage. De toutes sortes de façons, les blancs les humilient constamment, leur rappelant qu'ils appartiennent à une race inférieure, et qu'ils doivent céder la place à ceux qui sont nés dans des conditions plus favorables.

Cette constante suggestion de l'infériorité a déprimé les gens, de couleur, parce qu'elle a renforcé leur sentiment d'infériorité réelle ou imaginaire, et les a découragés dans leurs efforts pour se faire les égaux de ceux qui les méprisent.

L'influence de notre environnement sur nous

Nous ne pouvons pas nous empêcher d'être influencés par l'opinion que les autres ont de nous.

Nous sommes de même influencés par notre environnement. Inconsciemment nous partageons la supériorité ou l'infériorité de ceux qui nous entourent. C'est pourquoi, en choisissant une carrière, il faut éviter les occupations qui ont une tendance démoralisatrice. Toute suggestion d'infériorité est contagieuse et tend à diminuer nos possibilités.

L'influence de notre environnement est une suggestion qui devient une partie de nous-mêmes. Si nous vivons avec des gens qui manquent d'ambition, qui sont négligents, malpropres, ou avec des gens qui n'ont point de moralité, point d'idéal, nous finirons par leur ressembler.

Si nous nous mêlons à des gens qui parlent mal, qui ne soignent ni leurs manières, ni leurs expressions, leurs défauts déteindront sur notre conversation et nos manières. Si nous lisons de mauvais livres, ou si nous nous associons

avec des gens qui négligent leur ouvrage, qui ne réussissent en rien, nous souffrirons de la contagion.

Chassez la suggestion d'infériorité

Peu importe que l'infériorité soit dans les manières, le travail, la conversation, la compagnie ou les pensées, partout où on la rencontre, sa tendance est de rabaisser l'idéal, et de ruiner la possibilité du progrès. Nous sommes tous des plaques sensibles sur lesquelles se gravent d'une façon indélébile les pensées et les suggestions des autres, aussi bien que nos propres pensées et nos habitudes.

Je voudrais imprimer en lettres de feu dans la conscience de toute personne qui désire réussir dans la vie, qu'elle n'y parviendra jamais tant qu'elle s'associera avec l'infériorité et aura peu d'estime pour elle-même.

Éloignez-vous de ces 2 dangers, n'ayez rien à faire avec eux. Si vous êtes la victime de la suggestion de l'infériorité, repoussez cette suggestion, chassez-la de votre esprit comme la plus grande ennemie de votre développement.

Ayez toujours dans l'esprit une haute idée de vous-même

Vous ne pouvez faire que ce que vous croyez pouvoir faire. Si vous doutez de votre capacité, vous êtes entravé, vous n'êtes plus libre de vous manifester ; vous élevez une barrière entre vous et la puissance qui exécute.

La défiance de soi-même est contagieuse ; les autres l'éprouvent à leur tour à votre égard, et leurs pensées s'ajoutent aux vôtres pour vous priver de toute confiance en vous-même, confiance qui seule, cependant, donne la force d'accomplir son devoir.

Peu importe ce que les autres disent ou pensent de vous, ayez toujours dans l'esprit une haute idée de vous-

même ; ne vous permettez jamais de douter de votre capacité de faire ce que vous entreprendrez. Vous ne pouvez être inférieur, parce que vous avez été créé à l'image de Dieu.

Vous pouvez, si vous le voulez, faire de votre vie un chef-d'œuvre, parce qu'il rentre dans les plans de votre Créateur qu'elle le soit.

Chapitre IX
Avez-vous essayé d'employer l'amour ?

L'amour, comme le soleil ne voit jamais le côté sombre des choses.

Vous pouvez acheter le travail d'un homme, mais vous devez gagnez sa bonne volonté.

Plus doux que le parfum de la rosé est le pouvoir d'une nature bienveillante, charitable, dévouée, prompte à faire pour les autres tout ce qu'elle peut.

À New-York, un homme, voyant une jeune fille porter un garçon estropié à travers la rue, lui offrit de l'aider en lui disant que l'enfant était trop lourd pour elle. "Oh ! non, répondit promptement la fillette, il n'est pas pesant ; c'est mon frère."

Le merveilleux pouvoir de l'amour

Oh ! le merveilleux pouvoir de l'amour allège tous les fardeaux et aplanit toutes les routes! Que deviendrait l'humanité sans l'amour qui adoucit le plus dur labeur, et fait du sacrifice personnel une joie ? L'amour est la plus grande force de l'univers. Sans sa puissance transformatrice nous serions encore des barbares primitifs.

En dépit des cris des pessimistes et des sceptiques qui proclament le contraire, sa lumière conduit les hommes toujours plus haut. Quoique le rêve des pacificateurs du monde se soit évanoui, et que l'Europe soit plongée dans une guerre sans merci, il existe cependant une multitude de signes qui prouvent le règne de l'amour. Sa puissance guérissante, miséricordieuse est à l'œuvre, même sur les champs de bataille.

Nous la voyons animer la grande armée des chirurgiens et des gardes-malades de la Croix-Rouge qui, sans distinctions de croyances ou de pays, de races ou de positions spéciales, traitent tous les soldats blessés comme des frères, pansant leurs blessures et les soignant pour les rendre à la santé et à la vie.

L'influence de l'amour

Nous constatons son influence dans les miracles qu'opère la Règle d'Or dans le monde des affaires, dans la passion pour le service social qui s'exerce dans le monde entier, dans la diminution des distinctions de classe, dans les efforts croissants pour améliorer les conditions des pauvres, dans la grande vague de réforme qui vient baigner les murs de toutes nos institutions, nos prisons, nos pénitenciers, nos asiles, nos maisons d'aliénés. Les abus qui se commettaient dans ces institutions sont graduellement chassés par l'amour.

Dans la plupart de nos prisons, un système de traitement bienveillant et fraternel a été inauguré, qui aide réellement aux criminels à se réformer, tandis que l'ancien système pénitencier tuait les hommes, les déprimait ou les enfonçait toujours plus dans le crime, parce qu'il était incapable de les réformer.

Par le moyen de l'amour, on arrivera à bannir toutes les vieilles méthodes cruelles de la prison, et même le criminel lui-même. Quand le monde sera gouverné par l'amour, quand la Règle d'Or sera pratiquée partout, le crime mourra de sa mort naturelle.

À chacun de ceux qui sont sortis du droit chemin, de n'importe quelle manière, une chance devrait être procurée, une nouvelle occasion offerte, de faire le bien, de réformer son caractère. Celui qui a péché contre la société ne devrait pas être exclu des sympathies, de la bonne volonté et de la bienveillance de ses semblables. Les criminels devraient être traités comme des frères et des sœurs infortunés, qui ont

trébuché et perdu leur chemin sur la route de la vie. L’amour est le seul moyen qui pourra les aider à se relever, à rentrer dans le courant qui se dirige vers Dieu.

Les personnes qui comprennent cela, qui voient Dieu sous les ruines que les mauvaises influences ont accumulées, pourraient faire, de la grande majorité de nos prisonniers, des êtres nouveaux.

La plupart de ces pauvres misérables n’ont jamais eu de chance ; ils n’ont jamais senti le magique attouchement de l’amour, jamais connu l’influence d’un heureux foyer, de parents honnêtes et aimants. La plupart d’entre eux ont fait une fausse entrée dans la vie ; ils ont été entravés dès leur naissance par l’ignorance, la maladie, un entourage vicieux.

Les enfermer dans des cellules trop étroites, inconfortables, sans soleil, où personne ne vient les visiter ; leur infliger un traitement que nous ne voudrions pas qu’on infligeât aux animaux domestiques, c’est essayer d’éteindre le feu en versant de l’huile dessus. De tels traitements les rendent pires, éveillent leurs plus basses passions de vengeance, d’amertume et de haine, les poussent à s’insurger contre la société.

L’utilité de l’amour

La société commence à se rendre compte de l’inutilité des méthodes brutales. Elle commence à employer l’amour envers les classes criminelles, envers toutes les classes.

Nos hôpitaux, nos asiles de vieillards et de pauvres sont, comme nos prisons, en train de s’améliorer. Les tombés, les malades, les pauvres, les vieillards, les estropiés, les meurtris et les souffrants sont partout traités avec plus de considération, plus de bienveillance. Et nous réalisons qu’une plus grande confiance, une plus grande sympathie et un plus grand intérêt, témoignés à nos infortunés frères et sœurs, opèrent de merveilleuses transformations dans les conditions humaines.

En d’autres termes, en dépit d’apparentes contradictions, de bien des mots choquants pour nos milieux, de bien des retours en arrière et de bien des découragements, l’esprit du Christ, de la Règle d’Or, agit comme un levain dans la grande masse humaine et accomplit des miracles.

Les bienfaits de l’amour

L’amour ouvre les esprits et les cœurs ; il enrichit et ennoblit la vie. Il est le lien de la société, et si l’on enseignait aux enfants à aimer l’humanité, à aimer tous les pays et leurs habitants, aussi bien qu’on leur enseigne à aimer leur propre pays et leurs compatriotes, il n’y aurait plus de guerres.

La guerre provient, en grande partie, de ce qu’on nomme le patriotisme. Et le patriotisme dans son sens le plus étroit, celui qui ne cherche que son propre bien, son propre agrandissement, aux dépens des autres pays et des autres peuples, a toujours été la malédiction de l’humanité. Quand notre amour sera assez grand pour dire : “Le monde entier est ma patrie”, les guerres cesseront.

Il y a quelques jours, mon attention fut attirée par une annonce de journal disant : “Si tous les médecins vous ont abandonné, si vous n’avez trouvé nulle part de soulagement à vos souffrances, alors venez à moi. Vous êtes le genre de personnes que je guéris.”

L’auteur de cet article peut n’être qu’un charlatan, mais son appel sera sans doute entendu par les désespérés, les découragés, par ceux qui ont été déclarés incurables, et il me fit réfléchir. Eh bien me disais-je, voilà le langage que tient l’amour divin.

“Venez à moi, vous tous qui êtes travaillés et chargés, et je vous donnerai du repos.” Si vous n’avez pas réussi à trouver le confort, la satisfaction ou la joie, si vos amis vous ont abandonné, si vos affaires marchent mal, si vous avez

commis de fatales erreurs qui ont entraîné la société à vous fermer ses portes, si tout le monde vous rejette et vous accuse, si tout vous manque, alors venez à moi, et vous trouverez la paix et le repos.

L’amour maternel

L’amour est le souverain remède. Il est le dernier ressort de ceux qui sont poussés au désespoir. Quand plus rien ne leur est laissé, quand la vie est pleine d’amertume et d’angoisse, le voleur, le meurtrier, le proscrit se tournent vers l’amour et trouvent en lui un refuge, car “l’amour ne périt jamais”.

L’amour est pour tout être humain ce que l’amour maternel est pour l’enfant égaré. Aucun fils, aucune fille ne peut jamais tomber assez bas pour être au-dessous de l’amour de sa mère. Quand la société a tourné le dos à l’enfant prodigue, quand la porte de la prison s’est refermée sur lui, quand ses compagnons l’ont abandonné, quand la sympathie et la miséricorde se sont éteintes pour lui, et que le monde l’a oublié, la mère aime son enfant et se souvient de lui.

Elle visite son garçon dans la prison, elle va chercher sa fille dans les sentines du vice. L’enfant ne peut errer si loin que l’amour maternel ne puisse le suivre. Cet amour est le plus parfait prototype de l’amour de Dieu.

L’amour contient la solution de tous les problèmes de la vie

Les écritures védantistes, plus anciennes de milliers d’années que l’Ancien Testament de notre Bible commandent d’aimer nos voisins comme nous-mêmes, parce que nous sommes tous des voisins, parce qu’il n’y a qu’une vie, et que le même esprit est dans tous les êtres humains.

Jusqu’à ce que nous comprenions et vivions dans une coopération consciente avec cette unité d’esprit, jusqu’à ce que le monde la voie dans tous les êtres humains, il y aura des châtiments publics, des querelles privées, de la cupidité, de l’égoïsme, de l’inhumanité de l’homme envers l’homme, de la pauvreté, du crime, toutes sortes d’infortunes et de misères.

L’amour seul peut balayer tout cela. Les lois humaines, la répression, les punitions ne le feront jamais. Le moyen qu’employait le Christ, l’amour, contient la solution de tous les problèmes de la vie.

La suspicion entraîne l’amertume

Je parlais récemment avec un homme d’affaires calme, sérieux, influent, qui m’annonçait qu’il allait se retirer des affaires parce qu’il était fatigué, au point d’en être malade, de l’incompétence et du manque d’honnêteté de ses employés.

Ceux-ci, disait-il, cherchaient toujours leur avantage et non le sien ; ils le volaient, gâtaient la marchandise, faisaient des bévues, perdaient leur temps. Ils ne prenaient aucun intérêt aux affaires ; la seule chose qui les intéressait, c’est ce qu’ils trouvaient dans leur enveloppe de paye.

“J’en ai assez de vivre ainsi, conclut-il, et je ne tiens pas à continuer des affaires pour le bénéfice de mes employés. J’ai essayé tous les moyens que je connaissais pour essayer d’obtenir un bon travail de ces ignorants et de ces égoïstes, mais cela n’a servi à rien, et j’abandonne la partie, car mon système nerveux est épuisé.”

– Vous dites que vous avez essayé de tous les moyens que vous connaissiez pour gouverner vos employés, mais vous est-il jamais venu à la pensée d’employer le moyen de l’amour ? lui demandai-je.

– Le moyen de l’amour ! répondit-il avec dédain. Que voulez-vous dire par là ? Que croyez-vous que ces gens

comprennent à l’amour ? Si je n’avais pas été tout le temps sur mes gardes, si je n’avais pas employé des détectives pour protéger mes intérêts, il y a longtemps que je serais ruiné.

Aimez, vous ne pourrez qu’être satisfait

Un jeune homme, qui avait obtenu des succès en employant la Règle d’Or, entendant ceci, demanda au négociant de lui permettre de faire un essai avant qu’il abandonne son commerce. Celui-ci accepta et engagea le jeune homme comme directeur, tout en affirmant qu’il n’avait guère confiance dans le résultat de son entreprise.

La première chose que fit le nouveau directeur entrant en charge, fut d’appeler les employés de chaque département, et d’avoir une conversation cordiale avec eux. Il leur dit qu’il était venu là, non seulement comme ami du patron, mais aussi comme leur ami à eux, et qu’il ferait tout ce qu’il pourrait pour faire prospérer leurs intérêts aussi bien que les affaires.

La maison, leur dit-il, avait perdu beaucoup d’argent dans les dernières années, et c’était leur affaire, à eux et à lui, de changer tout cela et de rétablir l’équilibre. Il leur fît comprendre que la bonne entente et la coopération sont les bases de tout vrai succès pour un commerce et pour ses employés.

Dès le début il fut gai, sympathique, enthousiaste, encourageant. Il gagna promptement la confiance de tous les employés de l’établissement, qui se mirent à travailler avec autant de cœur au succès des affaires que si elles leur avaient appartenu en propre. Le changement fut si grand que les clients s’aperçurent du nouvel esprit qui régnait dans la maison. Les affaires prospérèrent, et en un temps remarquablement court, le commerce gagna de l’argent au lieu d’en perdre.

Cependant, à bien des égards, le nouveau directeur n'était pas la moitié aussi capable que le patron, seulement il agissait dans un tout autre esprit. Il croyait à la fraternité humaine. Il avait de la sympathie, du tact, de la bonne diplomatie, et prenait un réel intérêt à tous ceux qui travaillaient sous ses ordres.

Il ne les grondait jamais quand ils commettaient une erreur ; il se bornait à causer avec eux comme un frère aîné, et les rendait honteux d'eux-mêmes. Il leur montrait qu'il existait un meilleur chemin, et ils le suivaient. Bref, il gagnait leur amour et leur respect, et ils auraient fait tout au monde pour lui.

La méthode de la Règle d'Or avait chassé la haine, l'égoïsme, l'avarice et les dissensions. Les intérêts de tous étaient concentrés sur le bien-être général, et tout prospérait. Quand le patron revint de l'étranger, où il avait été se reposer pendant quelques mois, il put à peine croire à la réalité de la transformation que "l'amour" avait effectué parmi ses anciens employés.

Effacez vos anciennes blessures au moyen de l'amour

Vous qui avez été torturés pendant des années par un tempérament colérique, par le souci, la haine et la mauvaise volonté ; vous qui avez déjà commis un suicide à l'égard de plusieurs des années de votre vie, pourquoi ne tourneriez-vous pas le dos à tout ceci, pour essayer du moyen de l'amour ?

Jusqu'ici votre vie a été un désappointement. Il doit y avoir une voie meilleure pour tous ceux qui portent les cicatrices de la lutte, qui ont été écrasés et souffletés par l'ancienne manière de vivre dans laquelle il n'y avait ni repos, ni harmonie, ni douceur. Pourquoi ne pas essayer de l'amour ? Revenez-y à chaque trouble, à chaque heurt et à chaque chagrin.

Employez-le, vous dont la vie conjugale n'a été qu'un amer désappointement, vous maris et femmes qui vous êtes querellés, qui n'avez jamais connu la paix et le confort, essayez d'employer l'amour. Il effacera tous les mauvais plis, il mettra un nouvel esprit dans votre demeure, il fera luire une nouvelle lumière dans vos yeux, mettra l'espoir dans votre cœur et une nouvelle joie dans votre vie.

Vous mères qui vous êtes usées, et prématurément vieillies, en essayant d'élever vos enfants par les punitions, les gronderies, les fouettées, pourquoi n'emploieriez-vous pas l'amour ? Vous pouvez ainsi amener vos enfants à l'obéissance et au respect beaucoup plus vite et avec de bien meilleurs résultats pour eux et pour vous-même, qu'en les corrigeant.

Utilisez l'amour comme méthode

Faites appel à leurs instincts les meilleurs et les plus nobles, et vous serez surprises de constater combien vite ils répondront à votre appel. Il y a quelque chose dans la nature humaine qui n'aime pas à être forcé, contraint.

Si vous avez essayé de vous faire obéir de vos garçons et de vos filles par la force, abandonnez ce moyen et essayez d'employer l'amour. Voyez s'il ne fera pas merveille dans votre demeure. Voyez s'il ne vous délivrera pas de la tension qui vous fatigue. Mettez-le à l'épreuve.

Ne soyez pas trop sévère avec votre domestique

Employez-le, vous maîtresses de maison qui aimez à gronder et à trouver vos alentours en défaut. Au lieu de vous plaindre de votre famille, de vous impatienter, de blâmer du matin jusqu'au soir, employez l'amour. Au lieu de tancer vertement la domestique devant vos hôtes quand elle casse par accident une porcelaine, mettez-vous à sa place, essayez de comprendre son embarras, et glissez gaîment sur ce contretemps.

Puis, en particulier, adressez-lui gentiment un mot d'avertissement, afin qu'elle soit plus soigneuse à l'avenir. Si votre blanchisseuse vous rapporte un vêtement déchiré, ou si son travail n'est pas aussi bien fait que les autres fois, ne la grondez pas rudement. La traiter durement ne servira qu'à la rendre maussade et malheureuse, mais vous la trouverez accessible à la bonté et aux paroles aimables.

Témoignez de la sympathie et de la bonté au lieu de gronder, et vous transformerez votre intérieur. Avec joie, vous constaterez que l'amour a changé l'atmosphère de votre famille, et détruit l'antagonisme qui y régnait.

De temps en temps un éloge aimable, cordial, agira comme l'huile lubrifiante dans un rouage desséché, et son action réflexe agira magiquement sur vous même.

L'argent ne peut remplacer l'amour dévoué d'un mari

Vous, maris, qui avez substitué l'argent et le luxe à l'amour, qui avez pensé que lorsqu'une femme a une demeure agréable, de beaux vêtements et toutes ses notes payées, elle doit être satisfaite et heureuse ; vous qui constatez que cette substitution a misérablement échoué, vous serez surpris de voir combien votre femme sera plus heureuse si vous lui témoignez un amour dévoué.

Peu d'argent, une demeure très humble avec de l'amour rendra une vraie femme plus heureuse que des millions, dans une demeure princière, avec de l'indifférence.

Essayez l'amour dans tous les domaines de votre vie

Vous hommes qui vous êtes posés en seigneurs et maîtres dans votre famille et avez traité votre femme et vos enfants comme des esclaves, essayez d'employer l'amour. Vous avez constaté que cette brutale manière de faire ne

vous apporte ni bonheur ni satisfaction ; pourquoi n'essayeriez vous pas la nouvelle philosophie, celle de l'amour ? C'est le grand remède à tous les maux, c'est le levain du Christ qui doit pénétrer toute la pâte humaine.

Employez-le, vous qui êtes fatigués par le manque d'harmonie et les marchandages, les difficultés et les tribulations qui vous assaillent chaque jour dans vos affaires.

Vous hommes et femmes qui n'avez jamais pu vous faire aider d'une manière efficace, qui êtes désespérés par le manque de conscience et la dilapidation de vos employés ; vous qui souffrez d'une lutte constante avec la malhonnêteté et l'incapacité, vous dont les visages se sont ridés et prématurément vieillis en essayant de combattre le mal par le mal, essayez d'employer l'amour.

Il créera un nouvel esprit dans votre magasin, dans votre fabrique, dans votre bureau. Quelles que soient vos affaires, quelles que soient vos épreuves et vos difficultés, l'amour adoucira les cahots de la vie et facilitera merveilleusement votre chemin.

Essayez de l'amour vous tous qui avez jusqu'ici vécu dans le purgatoire parce que vous ne connaissiez pas de meilleure voie à suivre. Vous avez employé la méthode de la vengeance, de la jalousie ; vous vous êtes livrés aux soucis, à l'inquiétude, et vous avez été d'autant plus peines et torturés.

Vous avez recouru aux lois et à la justice pour régler les différends qui avaient surgi entre vous et vos voisins ou associés, et vous n'avez obtenu gain de cause que pour vous faire des ennemis irréconciliables. Mais peut-être n'avez-vous jamais essayé d'employer l'amour. Si vous ne l'avez encore jamais employé comme un principe, comme une philosophie, comme le grand adoucisseur de la vie, essayez maintenant. Il aplanira les chemins rocailleux et facilitera votre voyage.

Répandez l'amour et vous récolterez l'amitié

Vous vous étonnez peut-être d'avoir si peu d'amis, si peu de personnes qui s'intéressent à vous. Regardez dans votre cœur et vous en trouverez la raison. Si vous répandez autour de vous l'égoïsme, la malveillance, l'indifférence, l'ingratitude, vous ne pouvez récolter de l'amitié, de l'encouragement et de l'aide.

Si vous voulez avoir des amis, il faut devenir un aimant qui attire l'amour. Ce que vous donnerez vous le recevrez, et plus généreusement vous donnerez de l'amour, de la bonté, de la générosité, plus généreusement ces choses vous reviendront.

L'amour, le vrai, est aussi profond que l'océan

La plus belle chose du monde, celle après laquelle tout être humain soupire est l'amour. Il est, comme Henry Ward Beecher le dit : “Le fleuve de vie de ce monde”.

Ne croyez pas que vous le connaissez, vous qui vous arrêtez au bord du plus petit ruisseau, près de la première petite fontaine. Jusqu'à ce que vous ayez traversé les gorges rocheuses et découvert la source, jusqu'à ce que vous ayez traversé la plaine où le courant d'eau s'élargit et s'approfondit au point que les bateaux peuvent circuler sur ses eaux ; jusqu'à ce qu'enfin vous soyez arrivé à l'insondable océan où le fleuve déverse ses eaux, vous ne savez pas ce que c'est que l'amour.

À travers toute la Bible nous trouvons des passages qui exaltent la hauteur et la profondeur, la largeur et la puissance, la nature inépuisable de l'amour. Plus nous répandons d'amour, plus nous en possédons. L'amour maintient un été perpétuel dans l'âme, et en éloigne les frimas de l'hiver. Aimer les hommes, c'est aimer Dieu, et aimer Dieu prolonge la vie.

“Je le rassasierai de longs jours, parce qu'il m'aime”, déclare Jehova par la bouche du psalmiste.

L'amour, c'est l'harmonie

Et l'harmonie prolonge la vie comme la crainte, la jalousie, l'envie, les frottements et la discorde la raccourcissent. Ceux qui sont remplis de l'esprit d'amour, dont les sympathies ne se bornent pas à leur propre famille, mais s'étendent à chaque membre de la famille humaine, même les plus dégradés, sont mieux préservés des maux qui règnent dans l'humanité que les égoïstes et les pessimistes qui perdent la meilleure part de la vie, la joie et la force qu'on ressent lorsqu'on se donne aux autres.

Certaines natures sont si imprégnées de l'esprit d'amour, d'entraide, de bienveillance, que leur seule présence agit comme un baume sur l'âme meurtrie. Elles irradient l'harmonie, le soleil de l'âme. Elles possèdent un charme personnel, qui fortifie, rassure et élève.

Combattre la malveillance, la haine et la jalousie par l'amour

Aucun conseil plus scientifique n'a jamais été émis sur cette terre que celui-ci : "Aimez vos ennemis." Rien n'enlèvera l'aiguillon de la malveillance comme la bienveillance ; rien ne désarmera la haine et la jalousie comme l'amour.

Il est impossible à quelqu'un de continuer à nous haïr quand nous lui envoyons uniquement des pensées d'amour, ou d'être jaloux de nous quand nous ne lui envoyons que des pensées bienveillantes et généreuses.

La haine ou le désir de vengeance ne peuvent pas mieux subsister en présence de l'amour, qu'un acide ne peut conserver ses qualités corrosives en présence d'un alcali.

Celui dont le cœur est rempli d'amour, d'amour pour tous, ne peut conserver un ennemi parce que l'amour dissipe toute inimitié, toute jalousie, et neutralise toute haine. La haine qui n'existe que d'un seul côté ne peut durer longtemps, parce que rien ne l'entretient.

Il est simplement impossible de continuer bien longtemps à haïr une personne quand nous découvrons qu'elle n'a que des pensées de bienveillance à notre égard et qu'elle désire nous aider.

Je ne me suis jamais senti si humilié de ma vie que, lorsqu'il y a bien des années, un homme que je détestais et auquel je gardais rancune, me rendit un service signalé.

Son acte généreux, qui fut pour moi une aide réelle, me rendit profondément honteux de moi-même. Il me fit comprendre, mieux que quoi que ce fût d'autre, combien il est mesquin, indigne, méprisable, de nourrir un sentiment de haine ou de vengeance contre son prochain.

Entretenez l'amour

Nous ne pouvons entretenir des pensées d'amour sans éprouver l'énergie divine, ennoblissante qu'elles répandent dans tout l'organisme. D'autre part, nous ne pouvons retenir des pensées de haine, de vengeance, de jalousie, d'envie, sans éprouver un sentiment de dépression, d'amoindrissement, de mépris, qui nous prive du respect de nous-mêmes et nous ôte les forces.

Quand nous condamnons les autres, quand nous entretenons dans nos cœurs de l'amertume et de la mauvaise volonté à leur égard, nous produisons des vibrations qui font du mal à notre corps et compromettent sérieusement notre bonheur et notre efficacité.

Un des grands bénéfices que nous retirons de la prière, de la contemplation, de la concentration de nos pensées sur les choses religieuses est que cette attitude mentale met en mouvement des vibrations qui ont une influence bienfaisante et élevante sur l'esprit et le corps.

L’amour est source de force et de paix

Lorsque l’amour et l’affection vibrent habituellement, ils développent un équilibre et une sérénité de caractère, une douceur et une force, une paix et une satisfaction qui fortifient l’être tout entier.

L’amour adoucit et fortifie ; la haine déchire et affaiblit. Les gens qui entretiennent constamment de mauvais sentiments, qui vivent dans des milieux où la discorde, la critique, la dénonciation, les gronderies habitent perpétuellement, sont froids, sceptiques, peu aimables, égoïstes ; leurs cœurs s’endurcissent.

À part le vice, il n’y a rien qui déforme plus vite le caractère que de vivre dans une atmosphère de haine, de jalousie, d’envie et de vengeance.

L’amour est le grand instructeur, le grand conciliateur, le vrai pacificateur. C’est le grand baume qui agit contre tout ce qui détruit le bonheur et enfante le mécontentement, la panacée souveraine contre la malice, la vengeance et toutes les passions brutales.

De même que la cruauté se fond devant la bonté, ainsi les passions mauvaises trouvent leur antidote dans une douce charité et une affectueuse sympathie.

L’importance de l’amour dans un foyer

Une des raisons qui fait d’un foyer heureux le plus doux et le plus bel endroit de la terre, c’est que l’atmosphère d’amour qu’on y respire procure une sensation bénie de repos, de sécurité et de force. Au moment où nous entrons dans un semblable foyer, nous ressentons son influence calmante, rassurante, bienfaisante.

Dans une récente visite que je fis, dans une famille nombreuse, je fus impressionné par le pouvoir qu’avait un de ses membres de créer cette bienfaisante atmosphère. La fille cadette avait dû prendre la place de la mère qui était

morte. Cette jeune fille était le centre du foyer. Ses frères n'entreprenaient rien d'important sans venir la consulter. Aucun d'eux ne quittait la maison sans l'embrasser, et elle était la première qu'ils cherchaient en y rentrant. Tous semblaient anxieux de lui confier leurs petits secrets, de lui raconter ce qu'il leur était arrivé pendant la journée, d'avoir son opinion et ses avis au sujet de toutes leurs difficultés.

Le secret de l'influence que cette jeune fille exerçait sur ses frères résidait dans l'intérêt et le grand amour qu'elle leur portait. En causant avec ces garçons, je découvris que chacun d'eux pensait que sa sœur s'intéressait spécialement à lui et à ses affaires, et qu'il n'aurait jamais l'idée d'entreprendre ou de décider quelque chose d'important sans la consulter.

Tous semblaient préférer sa compagnie à celle de toute autre jeune fille, et ils étaient tous fiers de l'escorter quand elle allait quelque part. Ces jeunes gens étaient purs, ouverts, francs et chevaleresques, et je ne pus m'empêcher de penser qu'ils le devaient à l'influence de leur sœur.

L'amour peut changer les mauvais caractères

"Aimer et être aimé, dit Sydney Smith, est le plus grand bonheur de la vie."

Chacun, riche ou pauvre, cultivé on non, désire être aimé. Que ne ferait pas un homme pour gagner l'amour de celle qui personnifie son idéal, de celle chez laquelle il voit toutes les belles qualités qui lui manquent à lui ! Cet amour est réellement un besoin divin de posséder ce qui ferait de lui un homme complet.

Qu'est-ce qui fait que lorsqu'un homme brutal, dissipé, tombe amoureux d'une jeune fille pure et douce, il change immédiatement son attitude, ses regards, ses pensées, devient plus raffiné, emploie un langage plus choisi, renonce à certaines compagnies, et paraît, au moins pour un temps, un homme transformé ?

Simplement ceci, c'est que l'amour est un mobile plus puissant pour cet homme que la dissipation. Il abandonne cette dernière, et si son amour est vrai et durable, il ne retombera jamais dans ses habitudes vicieuses et dégradantes.

Qui n'a constaté le pouvoir magique de l'amour transformant des hommes rudes et grossiers en maris polis et dévoués ?

J'ai connu des femmes qui avaient des cœurs si grands et si aimants, et un tel charme, que les pires hommes, les caractères les plus endurcis auraient fait tout au monde pour elles, même donné leur vie pour les protéger.

Ces mêmes hommes n'auraient pu être réformés par les méthodes pénitentiaires, et la malveillance et le mépris les auraient endurcis. L'amour était la seule puissance qui pût les atteindre.

L'amour purifie, élève, régénère

Je ne crois pas qu'il existe un seul être humain, si dépravé, si vil, si mauvais, qu'on ne puisse ramener par l'amour, par la bonté, par la patience. Plus d'un homme a été retenu de commettre une action criminelle par la pensée que quelqu'un l'aimait, croyait en lui, se confiait en lui.

“Si vos péchés sont comme le cramoisi, ils deviendront blancs comme la neige, s'ils sont rouges comme la pourpre, ils deviendront comme la laine.”

L'amour purifie, élève, régénère. Il met sur le visage une lumière qui n'est pas de la terre.

La manière d'agir de l'amour

Dans la remarquable comédie intitulée : *Le Passage, au troisième étage sur le derrière*, nous avons une illustration frappante de la force silencieuse et subtile de

l’amour. Ceux qui ont lu ou vu jouer cette pièce se souviendront comment, en réponse à un avis inséré dans un journal de Londres : “Chambre à louer au troisième étage, sur le derrière,” un homme remarquable, qui fut surnommé “L’Étranger”, se présenta.

Il loua cette chambre, et se trouva dans une pension bourgeoise remplie de personnes de moralité douteuse, petits voleurs, joueurs, gens ayant mené la vie à grandes guides, toutes sortes d’hommes et femmes envieux et haineux. Ils se livraient à toutes espèces de besognes peu recommandables. Une des femmes volait même des chandelles.

Chacun essayait de tromper les autres et était trompé en retour. La maîtresse de pension était du même type que ses locataires. Elle les pillait, et eux la pillaient aussi. Elle mettait de l’eau dans le lait et frelatait la nourriture. Puis, pour empêcher qu’on ne la volât, elle mettait tout sous clef.

La simple présence de l’Étranger sembla condamner les pratiques des pensionnaires et de l’hôtesse. Ils commencèrent par se moquer de lui et le tournèrent en dérision. Mais il n’y prit pas garde. Au contraire, il leur rendit bienveillance pour malveillance, amour pour haine, et un aimable sourire fut la seule réponse à leurs remarques sarcastiques et à leurs insinuations malveillantes.

Graduellement, à mesure qu’il les connut mieux, il commença à leur parler d’eux-mêmes, à faire ressortir leurs bonnes qualités, à leur montrer quelles capacités ils possédaient pour certains travaux, et les belles choses qu’ils pourraient accomplir.

À l’un des jeunes gens, qui s’était égayé à ses dépens, il dit qu’il possédait un beau tempérament artistique, et qu’il y avait en lui l’étoffe d’un grand artiste. À un autre, il révéla des facultés musicales, et ainsi de suite avec chacun des membres du groupe discordant, jusqu’à ce que, finalement, chacun fut sous le charme de son amour et de sa bonté.

La petite servante à tout faire, à laquelle on reprochait constamment d'avoir été en prison, qu'on surchargeait d'ouvrage, tout en lui déclarant qu'elle ne serait jamais bonne à rien, devint, sous l'influence de l'Étranger, une jeune personne honorable, se respectant elle-même. La maîtresse de pension, qui jusqu'alors avait traité cette jeune fille comme une esclave, commença à la favoriser et à lui accorder des moments de sortie et de distraction pendant qu'elle-même faisait l'ouvrage.

Un mari et sa femme, qui vivaient comme chien et chat, virent l'harmonie rétablie dans leur ménage. Tous les pensionnaires, même ceux qui avaient été les plus brutaux et les plus égoïstes changèrent graduellement, et devinrent attentifs, prévenants et bienveillants les uns envers les autres. Toute l'atmosphère de la maison fut changée. L'Étranger, en aidant chaque homme et chaque femme à reconnaître l'être divin qui se trouve en lui, les avait véritablement transformés.

Ainsi agit un homme simple, tranquille, qui aimait son prochain et qui trouvait sa plus grande joie à aimer les autres, à l'exemple et dans l'esprit du Christ. L'amour, en découvrant dans tous ces misérables les possibilités qu'ils renfermaient, les transforma. Voilà la manière d'agir de l'amour.

L'amour adoucit

L'amour apprivoise les animaux les plus féroces. Combien vite leur expression hargneuse et sauvage est remplacée par une expression plus douce sous le traitement bienveillant de quelqu'un qui les aime et qui les regarde comme saint François d'Assise regardait “ses petits frères et sœurs muets”.

Y a-t-il dans la nature, une plus belle illustration de l'influence qu'exercent l'amour et les bons traitements, que la transformation du loup féroce en nos chiens favoris ?

Remarquez la douce expression d'une vache ou d'un cheval traités avec douceur ; de semblables animaux ne feraient pas plus de mal à un enfant que nous-mêmes. Nous les aimons et avons confiance en eux, et ils nous aiment et se confient en nous en retour. L'amour appelle l'amour.

L'amour n'attend rien en retour

Beaucoup de gens commettent l'erreur de confondre l'amour égoïste avec le vrai amour. Partout nous rencontrons cette sorte de vil substitut qui dit : "Si vous faites cela pour moi, je ferai ceci pour vous." La femme qui dit à l'homme, dans son cœur si ce n'est avec ses lèvres : Si vous m'entretenez et me donnez un foyer, je vous aimerai," n'aime pas vraiment : c'est de l'égoïsme.

Beaucoup de gens confondent l'amour pour la chose donnée, avec l'amour pour le donateur. Ils confondent l'amour du confort, du luxe et de la vie facile avec l'amour pour la personne qui leur accorde ces choses. C'est une contrefaçon de l'amour, car l'amour aime, tout simplement, et ne demande rien en retour. Il n'y a point d'égoïsme en lui.

L'amour, le vrai n'est pas vain

L'abus, l'amertume, l'indifférence, l'ingratitude ne peuvent changer ni détruire l'amour. Et l'amour n'est jamais perdu, même lorsqu'il n'est pas rendu. L'amour vrai est une force toujours victorieuse. Même s'il ne reçoit rien en échange, il adoucit, élève, embellit et enrichit la vie de celui qui aime. C'est ainsi que l'amour agit.

Sans l'amour, ce que les mères endurent pour leurs enfants pendant des années, les tuerait ou les enverrait dans un asile d'aliénés. Il est le baume qui guérit toutes les blessures, qui allège tous les fardeaux, qui diminue la peine du service.

C'est l'amour seul qui rend une mère pauvre capable de risquer sa vie pour son enfant, de traverser les terribles expériences de la lutte contre la pauvreté et la maladie pour élever ses enfants. Un fardeau la moitié moins lourd, mais sans l'amour, la tuerait.

La même chose est vraie pour le père qui aime ses enfants, quoique son fardeau, par la nature des choses, soit rarement aussi lourd que celui de la mère. Mais il doit travailler souvent comme un esclave, pendant presque toute sa vie, pour ceux qu'il aime, et parce qu'il les aime, il ne se plaint pas. Le cœur qui aime trouve son fardeau léger.

Le commandement du Maître

“Je vous donne un commandement nouveau, c'est que vous vous aimiez les uns les autres ; comme je vous ai aimés, vous aussi aimez-vous les uns les autres.”

C'est dans l'accomplissement littéral de ce commandement que réside le salut du monde. Parmi les nobles âmes de notre époque qui ont essayé de le mettre en pratique, une des plus remarquables fut le comte Léon Tolstoï. Dans un de ses captivants récits, Tolstoï montre comment chacun, sans égard à sa situation ou à sa pauvreté, peut arriver à mettre en pratique ce commandement, et à traiter tout être humain comme un membre aimé de sa propre famille, en suivant l'exemple du Maître.

Un paysan très pieux, nous raconte ce récit, avait pendant des années prié pour que le Maître vînt une fois visiter son humble demeure. Une nuit il eut une vision, dans laquelle le Maître lui apparut et lui annonça qu'il viendrait chez lui le jour suivant.

Plein de joie, le paysan s'éveilla. La vision lui sembla si réelle qu'il se leva et se mit immédiatement à l'ouvrage pour préparer sa demeure en vue de la réception de l'hôte céleste.

Un terrible orage de grésil et de neige fit rage pendant la journée. Tandis qu'il accomplissait ses devoirs de maison, entassant de nouvelles bûches dans son foyer, préparant sa soupe aux choux, la nourriture journalière du paysan russe, l'homme regardait d'un air anxieux l'orage qui sévissait au dehors.

Tout à coup, il vit un pauvre colporteur à demi gelé, un paquet sur le dos, qui se dirigeait vers sa chaumière, mais qui n'avançait guère, vaincu qu'il était par les bourrasques de neige et de grésil qui s'abattaient sur lui. Le paysan s'élança dehors et ramena le voyageur dans sa hutte. Il sécha ses vêtements, le réchauffa, lui donna de sa soupe à manger, et ne le renvoya que lorsqu'il fut bien réconforté.

Un peu plus tard, il vit une pauvre vieille femme essayant avec peine de se frayer un chemin à travers la neige qui l'aveuglait. Il la fit aussi entrer chez lui, la réchauffa, la nourrit, l'enveloppa dans son propre manteau, et la renvoya fortifiée et encouragée.

Le jour s'écoulait, la nuit approchait, mais nulle trace du Maître. Espérant contre toute espérance, l'homme alla de nouveau à la porte de sa hutte, et regardant dehors, à travers l'orage, il vit un petit enfant complètement incapable de poursuivre son chemin. Il le prit à demi gelé dans ses bras, l'amena chez lui, le chauffa et le nourrit, et bientôt le petit voyageur s'endormit devant le feu.

Cruellement désappointé de n'avoir pas vu apparaître le Maître, le paysan restait assis, fixant le feu, et tout en le fixant il s'endormit. Soudain, la chambre fut toute éclairée d'une lumière qui ne provenait pas du feu, et il vit le Maître en robe blanche qui le regardait en souriant. “Ah! Maître je t'ai attendu tout le jour et tu n'es pas venu.”

Le Maître répondit : “3 fois j'ai visité ta demeure aujourd'hui. Le pauvre colporteur que tu as secouru, réchauffé et nourri, c'était moi ; la pauvre femme à qui tu as donné ton manteau, c'était moi ; et ce petit enfant que tu as sauvé de la tempête, c'est moi. En tant que vous avez fait

ces choses au plus petit d'entre vos frères, vous les avez faites à moi-même."

La vision du Christ s'évanouit. Le paysan s'éveilla. Il était seul avec l'enfant qui dormait en souriant. Mais il savait que le Maître avait visité son foyer.

Chapitre X
La Source de tout bien

N'affirmez jamais ou ne pensez jamais, en ce qui concerne vos perspectives d'avenir, votre carrière ou votre bonheur, ce que vous ne désirez pas voir s'accomplir.

On devrait enseigner à chaque enfant à s'attendre au succès et au bonheur, à croire que toutes les bonnes choses du monde sont à lui.

Nous ne pouvons obtenir de nous-mêmes plus que nous n'en attendons. Si nous attendons de grandes choses, demandons-les ; si nous gardons une bonne attitude mentale envers notre travail, envers la vie, nous obtiendrons de bien meilleurs résultats que si nous nous déprécions nous-mêmes et n'attendons que des choses médiocres.

L'homme qui n'ose pas s'affirmer avec l'intrépide assurance de celui qui croit à sa nature divine, ne fera jamais rien de grand parce qu'il ne saura pas s'adresser à la Source de tout bien.

L'homme positif est puissant parce qu'il a foi en lui-même. Il se forme des opinions sans l'aide des autres, et n'a pas peur de les proclamer. Il ne craint pas d'être différent des autres ; il n'est en rien semblable à l'homme faible et négatif, qui souscrit à ce que les autres disent, pensent ou croient.

Le Livre divin, la Bible comme référence

La Bible n'aurait jamais obtenu la place unique qu'elle occupe dans la vie de l'humanité, si elle en avait référé à des autorités pour appuyer ses assertions. Sa suprématie lui est venue de son caractère positif, de sa vigoureuse affirmation des faits.

Vous ne trouverez rien de négatif, ni d'hésitant dans ce Livre divin. Ses assertions sont impérieuses, positives, sans

réplique. C'est un perpétuel énoncé de vérités, de grands faits fondamentaux.

Les écrivains de la Bible parlent avec assurance et autorité, à cause de leur profonde conviction des vérités qu'ils énoncent. Ils n'argumentent pas, ni ne plaident ; ils affirment.

"La Bible, comme on l'a si bien dit, ne demande jamais confirmation à ses lecteurs. Elle énonce. Chacune de ses lignes respire l'autorité, la supériorité et la confiance."

Ayez une intense conviction dans tout ce que vous entreprenez

Nous trouvons chez les grands conducteurs d'hommes les mêmes qualités dominantes impérieuses, la même précision. Ils procèdent par affirmations. Ils se lancent avec une intense conviction dans tout ce qu'ils entreprennent. Continuellement, mentalement et oralement, ils affirment leur pouvoir, et la conséquence naturelle est qu'ils réussissent dans leurs entreprises.

La différence entre l'esprit positif et l'esprit négatif, entre l'homme qui s'affirme avec vigueur et l'homme qui ne le peut pas, est la même que celle qui existe entre le succès et l'insuccès.

Soyez positif

Le mot d'ordre de l'homme positif est "je peux", celui de l'homme négatif est "je ne peux pas".

L'homme positif nie les limitations provenant de l'environnement, des ressources, des occasions. Il ne croit pas seulement, mais il sait que l'infinie libéralité l'environne, et qu'il peut y puiser.

L’homme négatif cède sans lutte à son environnement, Il voit des limitations et des difficultés partout. Pour lui, les obstacles sont insurmontables.

L’homme positif sait qu’il peut tirer des ressources infinies des grandes forces de l’univers qui travaillent pour lui, et qu’il n’a qu’à les diriger. Il sait que son droit de naissance est de conquérir ; que le Créateur l’a placé ici-bas pour qu’il vainque, qu’il grandisse, qu’il monte, qu’il devienne semblable à Lui.

La puissance positive est en chacun de nous

Chacun de nous a une puissance positive suffisante pour guider et diriger sa propre vie, s’il veut seulement user de cette puissance et la développer. S’il n’en use pas, il la perdra. Si vous ne dominez pas les forces qui vous entourent, c’est elles qui vous domineront. Et souvenez-vous de ceci : Si vous vous laissez pousser, vous descendrez ; tandis que si vous poussez vous-mêmes, vous monterez.

Dans ce monde, chacun pousse ou est poussé. Même le royaume des cieux est pris par la violence. Celui qui veut acquérir la vérité doit être plus ou moins agressif.

Si jamais vous avez désiré faire quelque chose pour justifier votre existence, cessez de chercher quelque agent extérieur qui vous y aiderait. Votre puissance est en vous. Usez de cette force qui est à votre commandement.

Quand le Créateur vous fit coopérateur de son œuvre, il vous doua de tout ce qui vous était nécessaire pour le rôle que vous auriez à remplir. Développez ces dons, faites-en usage, et aucune puissance sur la terre ne pourra vous empêcher d’atteindre le but qui vous est assigné.

Soyez sévère envers vous-même

Dites-vous : "C'est mon devoir de faire le bien, d'obéir à l'impulsion intérieure que je ressens. Je prends la résolution de ne plus jamais permettre à quoi que ce soit d'intervenir dans le libre exercice de mes facultés physiques et mentales. Je veux déployer toutes les possibilités que le Créateur a déposées en moi. Aucun jour du calendrier de Dieu ne doit être perdu, et je suis déterminé à tenir dorénavant mon rang de fils du Tout-Puissant".

En réalité, chaque jour tient en réserve une récompense pour tout être humain, une récompense qu'aucun argent ne peut acheter. Elle ne peut être obtenue qu'au prix de l'énergie et de l'effort personnels.

Nous sommes trop timides, trop craintifs des résultats, même pour nous lancer dans ce que nous aimerions faire. Nous sommes trop faibles envers nous-mêmes, oubliant que tous ceux qui ont accompli de grandes choses ont été sévères envers eux-mêmes.

L'affirmation est toujours plus forte que la négation

En cultivant le positif, nous chassons le négatif. Ceci est une loi psychologique. On chasse le vide en le remplissant, les ténèbres en faisant entrer la lumière ; l'affirmation est toujours plus forte que la négation.

Le professeur Halleck dit : "En refrénant une émotion, nous pouvons l'étouffer ; en accueillant une impression, nous produisons les émotions qui l'accompagnent."

Le professeur William James fait la même constatation. "Refusez de donner essor à une passion, dit-il, et elle meurt. Comptez jusqu'à 10 avant de donner cours à votre colère, et la cause qui l'a provoquée vous paraîtra ridicule. Siffler pour se donner du courage n'est pas une simple figure de langage. D'autre part, rester assis tout le jour, dans une posture accablée, soupirer, et répondre à tout d'une voix

lugubre, accroîtra votre mélancolie. Il n'y a pas, en éducation morale, de précepte plus précieux que celui-ci, et tous ceux d'entre nous qui en ont fait l'expérience le savent.

Si nous désirons nous rendre maîtres d'une tendance trop facile à l'émotion, nous devons assidûment, avec sang froid, en refréner les manifestations extérieures contraires aux dispositions que nous désirons cultiver. Déridez votre front, illuminez votre regard, redressez-vous, parlez d'une voix ferme, avec enjouement, et votre cœur serait vraiment glacé, s'il ne se dégelait pas graduellement."

Formez votre esprit

L'autosuggestion est l'un des moyens les plus actifs employés pour former l'esprit.

Nous pouvons littéralement former notre esprit, pensée par pensée, comme nous pouvons former nos corps fibre par fibre, par de vigoureuses affirmations.

Il y a un mystérieux pouvoir dans les pensées énoncées à haute voix, qui n'existe pas dans la même pensée conservée dans l'esprit ou lue dans un livre. L'expression vocale d'une pensée produit une plus grande impression sur la mémoire, et influence spécialement le subconscient. Elle agit comme un levier dans toute la nature, mettant en mouvement des agents qui établissent un rapport entre nous et les choses que nous désirons et recherchons.

Une affirmation vigoureuse conduit à la victoire. Mais souvenez-vous que l'action doit toujours suivre la résolution, ou vous n'avancerez jamais.

L'affirmation et la résolution, sans un prompt effort de réalisation, sont plus qu'inutiles. C'est l'homme d'action, d'une action continue et répétée, l'homme qui n'admet jamais la défaite, qui obtient finalement la victoire.

Soyez optimiste

"Fortifions-nous par d'incessantes affirmations. Ne nous escrimons pas contre le mal, mais chantons la beauté du bien."

Les éléments positifs créateurs, affirmatifs, sont nos amis. Ils nous attirent des ressources sûres. Tous les éléments négatifs sont nos ennemis. Ils éloignent de nous ces ressources. Affirmez le bien, non le mal ; la lumière, non les ténèbres ; le vrai, non le faux ; l'harmonie, non la discorde. Nous ne devrions jamais oublier que tout ce qui tend à l'optimisme est toujours prêt à "nous donner un coup d'épaule".

Le premier pas à faire vers une vie heureuse est d'acquérir la maîtrise sur les ressources qui sont prêtes à répondre à votre demande. Vous y arriverez en prenant l'habitude d'affirmer, que seules les choses qui seront bonnes pour vous entreront dans votre vie.

Ne vous laissez pas aller à la mauvaise habitude d'anticiper les difficultés, le malheur, les maladies, les désastres, les accidents. S'attendre à ces choses, c'est affirmer leur réalité et les attirer.

Votre premier acte : la communion avec le Créateur

Que votre premier acte, chaque matin, soit de vous placer dans une attitude positive attirant le bonheur et le succès, par une communion, ne fût-ce que de quelques minutes, avec votre Créateur. Dès que vous vous éveillez, mettez-vous à l'unisson avec l'infini, la source de votre force. Maintenez-vous en harmonie avec le principe qui vous soutiendra durant toute la journée, et chacun de vos actes sera un pas en avant sur la route choisie.

Dites-vous constamment : "Si je suis vraiment un enfant de Dieu (et je sais que je le suis) ce serait une insulte positive envers mon Père que de traverser la vie en

mendiant ou en esclave. Je porte l'image du Roi des rois, et je dois agir de façon à prouvera tous les hommes ma filiation divine par une virilité royale."

Secouez-vous dès votre réveil

Je ne connais pas de moyen pratique qui aide davantage à la croissance spirituelle que l'habitude de s'élever au-dessus de son humeur et des sujets de découragements, que d'affirmer perpétuellement sa divinité.

Si, par exemple, vous vous levez le matin découragé, avec des idées noires, ayez une bonne conversation avec vous-même, dans le genre de celle-ci : "Maintenant, jeune homme (ou jeune fille), pas de ça : pour faire aujourd'hui du bon travail, tu dois être débarrassé de cette mentalité morbide ; elle a assez duré. Secoue tes idées noires et fais de cette journée un jour de victoire."

"Peu importe ce qui arrivera ou ce qui n'arrivera pas ; une chose est sûre, c'est que je puis être actif, joyeux, conquérant aujourd'hui même ; je ne permettrai à rien de voler mon bonheur, ou mon droit de vivre cette journée du commencement à la fin, au lieu de simplement exister."

Si vous prenez une résolution semblable chaque matin, et la maintenez toute la journée, vous ne pouvez manquer d'avoir la victoire sur vous-même et sur toutes les circonstances.

Éloignez de vous tout élément négatif

La crainte est négative, le courage est positif, affirmatif. Si nous voulons que notre vie soit puissante, nous devons en éloigner tous les éléments négatifs, et nous livrer à la puissance de l'affirmation.

Les gens ne réalisent pas le mal qu'ils se font par les remarques défavorables qu'ils émettent sur eux-mêmes. Combien souvent nous entendons des hommes ou des

femmes dire : “Je n’ai plus de mémoire ; je ne sais plus où je serre les objets ; je ne puis plus me souvenir des noms ou des visages,” ou toute autre remarque déprédatrice. Il ne leur vient pas à la pensée qu’en faisant ces constatations ils fortifient leur déficit et détruisent leur confiance en eux-mêmes, la seule chose qui pourrait les rendre tels qu’ils voudraient être.

Les affirmations, les actes, les motifs, les ambitions, les attitudes mentales sont les semences jetées dans les jardins humains. Leur caractère détermine ce que sera la moisson. Notre récolte future dépend entièrement de la semence jetée dans le passé. Ce dont nous jouissons ou souffrons aujourd’hui est le résultat de ce que nous avons semé hier.

L’harmonie mentale avec notre Créateur

Le seul terrain où puissent prospérer les bonnes semences de nos pensées est celui de l’harmonie mentale. Dans ce sol fécond est caché le secret de toute efficacité et de tout bonheur. Réaliser notre unité avec l’auteur de notre être, c’est réaliser l’harmonie mentale parfaite. Et ce but ne peut être atteint que par la voie de l’affirmation constante, persévérante.

Quand vous soupirez après une chose légitime, semez votre graine d’affirmation avec la confiance parfaite qu’elle mûrira en son temps. Dites-vous : “Le Père céleste ne fait pas acception de personnes. Il n’est pas partial dans sa manière de traiter ses enfants. Ils ont tous les mêmes droits, les mêmes privilèges. Il bénira mes efforts et j’obtiendrai ce que je désire. Le misérable le plus pauvre, le plus déguenillé, qui se traîne, a autant d’heures dans sa journée que le roi couvert d’hermine. Je puis et je veux faire ce dont j’ai envie. Je serai ce que je désire être.”

Affirmez cela constamment sans vous lasser.

N'attendez pas que l'occasion se présente, créez-la vous-même. La puissance de l'affirmation fera des miracles en votre faveur.

La plupart des gens s'imaginent que s'ils vivaient dans un meilleur milieu, s'ils n'avaient pas le souci du pain quotidien, s'ils jouissaient d'une meilleure santé, ils seraient parfaitement heureux.

Mais en réalité, notre bonheur ne dépend pas, la moitié autant que nous nous l'imaginons, du milieu ou des circonstances. Nous sommes tellement occupés à envier ce que les autres possèdent que nous ne savons pas jouir de ce qui nous appartient. Nous mettons en question et nous envions, quand nous devrions affirmer et réaliser.

Notre droit d'être heureux

Chacun de nous a un droit inaliénable à être heureux. L'homme n'a pas été créé pour être une machine. Le principe fondamental de la constitution humaine est l'harmonie, et, quand nous sommes en relations harmonieuses avec l'univers, nous atteignons notre maximum de puissance et d'utilité dans ce monde. C'est alors que nous obtenons aussi le maximum de la jouissance et le bonheur de la vie.

Cela ne vaut-il pas la peine d'entrer dans de telles relations ? N'est-il pas insensé de rester dans la discorde quand, par la simple habitude de l'affirmation, unie à la foi divine et à l'effort, nous pouvons transformer et nous-mêmes et notre milieu ?

Chapitre XI
Le triomphe de l’idéal de la santé parfaite

“Qu’est le corps après tout, sinon l’esprit se manifestant à travers la chair, ou la santé, sinon la beauté dans le corps ?”

Chaque émotion bienfaisante provoque un changement dans le corps qui contribue à la santé. Chaque pensée est enregistrée dans le cerveau par un changement physique plus ou moins permanent dans les cellules des tissus.

L’homme de l’avenir trouvera aussi facile de détruire une pensée vicieuse ou malveillante, en adoptant la pensée contraire qui la neutralisera, que de dérober à l’eau bouillante sa puissance nuisible en tournant le robinet d’eau froide.

Il y a dans l’homme un divin quelque chose qui n’a jamais été malade et ne le sera jamais, cet être divin, l’image du Créateur, parfait, inaltérable, indestructible, immortel, et qui une fois quelque part, chassera toute trace de péché, de maladie et de mort dans l’humanité.

HUFELAND.

L’optimisme des scientistes chrétiens

Même ceux qui n’adoptent pas la “Science chrétienne” en bloc, sont impressionnés par le magnifique optimisme religieux des scientistes. Leur attitude mentale inspirée, la manière dont ils envisagent la vie, en regardant toujours vers la lumière, vers la santé, vers la prospérité, vers le succès, en tournant le dos à tout, ce qui pourrait troubler leur santé, leur efficacité, leur bonheur, a ouvert un monde nouveau à des milliers d’âmes découragées.

Les Scientistes chrétiens insistent sur ce que Dieu a créé tout ce qui existe, et puisqu'il est parfait et tout en tous, il n'a pu créer quelque chose qui lui soit dissemblable, comme la maladie, ou n'importe quoi, qui ne serait pas bon pour ses enfants. Dieu est l'harmonie, disent-ils, il n'a pu créer la discorde ; il est la vérité, il n'a pu créer l'erreur ; Dieu est amour, il n'a pu créer l'opposé de l'amour, la haine, la jalousie, l'envie, l'égoïsme, ni aucune mauvaise passion.

Par conséquent, toute maladie, toute discorde, tous les ennemis de l'humanité, toutes les influences sataniques qui règnent dans le monde, ne doivent pas être envisagées comme décret de sa volonté, car la perfection n'a pu produire l'imperfection. L'amour n'a pu créer son antagoniste.

L'attitude positive des scientistes

Les Scientistes prennent une attitude positive et vigoureuse contre l'admission dans leur esprit de tous les ennemis de leur santé, de leur prospérité, de leur bonheur et de leur destinée. Non seulement toute pensée d'insuccès et de pauvreté en est bannie, mais ils ferment la porte à la crainte, au souci et à l'inquiétude, aussi bien qu'au ravage de la jalousie, au poison de la haine, de l'envie et de l'égoïsme.

Ils essayent de maintenir leur royaume mental entièrement net de toute peinture sombre et repoussante, de toute émotion pénible et de toute pensée malveillante, tandis qu'ils l'ouvrent à ce qui aide, inspire, encourage, aux pensées et aux émotions bienfaisantes, telles que la joie, la bienveillance, l'amour, la vérité et l'inspiration divine.

Ils croient que tous les êtres humains ont été créés, non seulement pour être en bonne santé, mais aussi pour être heureux et prospères. Ils considèrent la pauvreté, tout autant que la maladie, comme une maladie mentale qui doit être traitée de la même manière que les maux corporels ; et cet

optimisme religieux réconfortant, qu'ils essayent de maintenir fermement, n'est pas seulement une force guérissante, mais aussi une grande puissance de résistance contre la maladie.

Maintenir l'attitude victorieuse envers la santé

La santé est l'un des facteurs les plus importants et les plus nécessaires pour l'acquisition des choses que tout être humain normal désire: la paix, la puissance, l'abondance, le succès et le bonheur. L'optimisme religieux des Scientistes est une force puissante qui met l'esprit dans la condition la plus favorable à l'obtention de ces choses.

Il est tout aussi nécessaire de maintenir l'attitude victorieuse envers la santé, qu'il l'est de la maintenir à l'égard de notre carrière et de tout ce qui s'y rapporte. Il est tout aussi nécessaire de nous débarrasser de nos doutes et de nos craintes à l'égard de notre bien-être physique, que de nous débarrasser de nos doutes et de nos craintes en ce qui concerne nos capacités et nos succès.

Si nous désirons être forts et vigoureux, il est aussi important que nous ayons constamment présent à l'esprit l'idéal de la santé parfaite, que d'avoir dans notre esprit l'idéal du succès et de la prospérité quand nous luttons pour obtenir une position indépendante.

L'habitude de toujours conserver l'idéal de la santé, de nous voir vigoureux physiquement et mentalement, nous aidera à construire une barrière solide entre nous et les ennemis de notre santé. D'autre part, les gens qui ne se voient jamais en bonne santé, actifs et robustes, mais qui se voient constamment faibles, souffrants, sans force de résistance contre la maladie, deviennent bien facilement la proie de celle-ci.

Une conviction vigoureuse de santé, formant une barrière mentale entre nous et la maladie, est la meilleure sorte d'assurance sur la vie. Craindre la maladie, se

représenter les souffrances physiques est le plus sûr moyen de les attirer.

Les médecins savent que le redoutable cauchemar du doute et de la crainte dans l'esprit de leurs patients, la frayeur que leur maladie soit fatale est le plus grand obstacle à leur guérison. Si nous sommes convaincus que nous ne serons jamais forts, si nous redoutons de voir se développer en nous une tendance héréditaire à la faiblesse ou à la maladie, nous verrons probablement nos craintes se réaliser.

Si, au contraire, nous prenons une attitude victorieuse envers la maladie, si nous conservons l'idéal de la santé, nous serons bien portants.

Un corps sain est une pensée saine extériorisée

La condition normale de l'homme est une santé robuste, une vitalité vigoureuse et une grande puissance d'endurance. L'intention évidente du Créateur a été que la machine humaine marche harmonieusement, sans frottements, sans faiblesse, ni incapacité d'aucune espèce. L'être créé est une partie du Créateur. Quand nous réaliserons complètement cela, nous serons victorieux de la maladie au lieu d'en être la victime ; nous dominerons notre état physique, au lieu d'être dominé par lui.

Notre être immortel selon Hufeland

Il y a environ un siècle, le célèbre médecin allemand Hufeland a dit qu'il y a dans l'homme quelque chose d'inné, qui n'est jamais malade, et qui ne mourra jamais, et c'est ce quelque chose, cette force intérieure omnipotente qui, en réalité, guérit nos maladies. Peu importe comment nous l'appelons, ce quelque chose qui répare et renouvelle est un avec la Force qui nous a créés.

Nous pouvons l'appeler le Principe divin, Dieu, le Christ en nous, la Force omnipotente ou de tout autre nom à

notre gré, le nom ne fait rien à l'affaire. Tous ces termes désignent la même chose, c'est-à-dire la Force créatrice, toute-puissante, qui maintient l'harmonie dans l'univers.

Il y a en vous, dans votre chair, une puissance qui ne fait pas partie de la chair, qui la domine et qui est votre vrai être. À cette puissance est associée l'Intelligence qui vous a créé. Vous êtes indissolublement lié avec cette Intelligence. Vous ne pouvez pas plus être privé de l'existence que le Créateur qui vous a fait, parce que vous êtes une immortelle expression de lui-même. Vous êtes son chef-d'œuvre, et par conséquent vous êtes participant de ses qualités, de sa perfection, de son omnipotence, de son omniscience.

Ayez en vous un idéal de perfection

Le malheur est que nous ne savons pas nous élever jusqu'à la dignité de notre divinité. Nous ne croyons qu'à moitié que nous sommes des êtres divins. Nous avons une sorte de vague théorie qui fait de nous des marionnettes, jetées dans l'espace comme des unités séparées, sans aucun rapport vital avec la Puissance qui nous a donné la vie. Cette fausse théorie est la cause de nos souffrances.

La raison pour laquelle nous sommes des êtres si rabougris, de si tristes spécimens de l'humanité, se trouve dans les idées mesquines qu'on nous a inculquées sur nous-mêmes. On nous a habitués à nous considérer comme “de pauvres misérables vers de terre”, indignes de paraître dans la présence de notre Dieu, quoiqu'il nous ait créés à son image.

Au lieu de traverser la vie avec un idéal de perfection mentale et physique, nous la traversons avec la vision d'un être défectueux, malade, imparfait, physiquement et mentalement.

Nous devenons ce que nous croyons être

L'esprit étant le constructeur du corps, le processus de vie en nous construit la sorte de corps qui correspond au modèle que nous avons dans l'esprit, à l'idéal que nous nous faisons de nous-mêmes. Ce que nous croyons être, nous le devenons. Si notre esprit est plein de pensées de maladie, elles réagiront sur notre corps et le rendront malade.

D'autre part, chaque fois que nous affirmons que nous sommes un avec la Force créatrice de l'Univers, que rien ne peut détruire notre Unité avec Dieu, nous tendons à construire pour nos corps l'état idéal de la santé mentale et physique parfaite.

Si nous pouvions continuellement retenir l'idéal de notre plénitude, et nous voir parfaits comme notre Père céleste est parfait, et si nous pouvions constamment essayer de réaliser cet idéal dans notre vie, toute tendance à l'imperfection, au manque d'harmonie, à la maladie serait éliminée.

Nous sommes co-créateurs de nous-mêmes

Nous commençons seulement à comprendre la portée immense de l'idée que nous façonnons nos corps par nos pensées, que nous sommes co-créateurs de nous-mêmes avec le Pouvoir divin qui agit dans notre chair, mais qui n'en fait pas partie.

Chaque docteur devrait être un métaphysicien. Il devrait croire que la Puissance qui a créé son patient, peut le recréer, réparer les dommages, restaurer les tissus malades ou atrophiés.

Les médecins les plus avancés croient qu'ils ne peuvent qu'aider la nature dans son processus de guérison. Ils réalisent que la même Puissance qui a créé le malade est présente dans la guérison de toute blessure, de tout os cassé et de tout mal dont nous souffrons. Le chirurgien remet l'os

en place, panse la blessure, mais la Puissance qui a créé la chair et les os doit opérer la guérison.

Le guérisseur mental dénie vigoureusement la réalité de la maladie en ce sens que la vérité est la seule réalité. Pour lui “tout est l'Esprit infini, et son infinie manifestation”, et par conséquent tout doit être bien. Le bien seul peut être réel, puisque Dieu a créé tout ce qui est.

Les rôles du guérisseur mental

La dénégation persistante que quoi que ce soit puisse exister sans que le Créateur l'ait créé, et l'affirmation qu'il ne peut avoir créé quelque chose qui ne soit pas semblable à lui-même, est un des principes fondamentaux de la foi de la Science chrétienne.

Pour le guérisseur, la santé est le principe vital immortel, le fait éternel, et la maladie, quoiqu'elle semble douloureusement réelle à celui qui souffre, est une fausse croyance.

Le guérisseur ne retient dans son esprit que ce qu'il désire communiquer à l'esprit de son malade. Il éloigne toute autre chose. La santé est ce qu'il désire lui communiquer, et pour y arriver, il maintient avec persistance et ténacité l'idéal de la santé.

Il refuse de voir l'homme ou la femme malade, et ne voit que la créature idéale que Dieu avait en vue lorsqu'il l'a créée. Pour lui l'être souffrant, défectueux, que la maladie et la discorde physique ont fait, n'est pas l'homme réel. Il n'est qu'une caricature de la créature idéale et parfaite qui était dans le plan du créateur.

Il ne se permet pas de penser aux symptômes de la maladie ; les voir serait reconnaître leur réalité, et ceci empêcherait la guérison du patient. Il ne pourrait pas, par exemple, guérir le cancer ou la tuberculose en se représentant mentalement les affreux ravages qu'opèrent ces maladies.

Il les éloigne de son esprit, repousse leur suggestion funeste. Les considérer, serait graver toujours plus profondément leur réalité dans sa conscience, et la suggestion serait transmise à la conscience du patient.

Le but du guérisseur mental est de produire dans l'esprit de la personne qu'il traite la conscience de la réalité scientifique de la santé et de l'irréalité de la maladie.

Peu importe que les symptômes de la maladie semblent contredire ces principes, ou que la souffrance pousse des cris pour se faire reconnaître, le guérisseur mental persiste à considérer la maladie comme irréelle, et à retenir le sens scientifique de la santé comme la réalité.

Les principes du guérisseur mental

Il se repose complètement sur l'Esprit divin comme souveraine puissance guérissante, affirme fermement l'unité de son patient avec la Divinité, et l'impossibilité pour la maladie d'exister en la divine Présence.

Dès le début, il encourage son patient en affirmant que, quelque réelle que lui semble sa maladie, elle ne peut affecter l'image de Dieu en lui, parce que cette image est parfaite comme Dieu lui-même est parfait, et qu'en réalité l'esprit ne peut être malade. La vérité et l'harmonie, affirme-t-il, sont les grands faits de la vie. L'erreur n'est pas une réalité ; elle est simplement l'absence de vérité ; la discorde n'est pas une réalité, elle est simplement l'absence d'harmonie.

Il lui affirme qu'il est l'enfant de Dieu, et que l'image de Dieu ne peut être malade, ni affligée. “Sans doute, dit-il, la maladie vous semble réelle, douloureusement réelle, mais elle n'est pas une réalité dans le sens où la vérité est une réalité. Elle est la discorde, l'absence d'harmonie, et la divine harmonie neutralisera toute discorde, de la même manière que la vérité neutralise l'erreur, que l'amour

neutralise la haine, la jalousie ou la vengeance, ou que la confiance neutralise la crainte et le doute.”

Les méthodes du guérisseur mental

Le guérisseur retient continuellement les suggestions de guérison, et concentre sa pensée pour éveiller chez son patient, par la confiance, l’espoir du soulagement et la foi dans l’Esprit divin qui restaure, renouvelle et guérit. Il essaye de stimuler et de mettre en action les forces latentes de guérison qui sont en lui, d’éveiller dans son esprit l’image divine perdue, et de lui inculquer l’idée que cette image divine ne peut être ni dominée, ni affectée d’aucune manière par la maladie.

J’ai vu un chimiste verser quelques gouttes de liquide de différents flacons dans un bocal d’eau boueuse, et au bout de quelques minutes, la boue avait disparu et l’eau était devenue aussi pure que le cristal. Tel est l’effet que produit le guérisseur mental en traitant un patient. Peu importe la maladie, son grand remède réside dans la chimie mentale qui neutralise, détruit l’erreur par son antidote naturel.

La constante affirmation du guérisseur qu’il ne peut y avoir aucune maladie dans l’image de Dieu qui est en l’homme, est une puissante suggestion qui tend à affaiblir l’étreinte de l’erreur dans le corps de son patient.

La délivrance de toute crainte de la maladie et de la mort est un grand pas vers la guérison, parce que cette crainte affaiblit toutes les fonctions du corps. Tout ce qui décourage, tout ce qui abat le malade, diminue sa force de résistance.

Le guérisseur est une sorte de wattman qui met le trolley du malade en contact avec le fil qui transporte la force ; il est l’opérateur de la télégraphie sans fil qui met le malade en rapport avec la Source divine de la santé et du bonheur. Le patient reçoit alors les effluves de la force divine, la paix, la vie immortelle, et sa guérison s’opère.

Chaque être humain peut être son guérisseur mental

Avec un peu de pratique, une personne malade peut accomplir en elle-même des choses merveilleuses par la puissance de l’autosuggestion. Elle peut être son propre médecin ; elle peut recouvrer la santé et la conserver en s’appliquant à elle-même le principe que le guérisseur applique à son patient. De cette manière elle peut se maintenir en union consciente avec la Source divine de tout bien, de toute santé.

Il y a assez de forces latentes dans tout être humain pour qu’en les éveillant et en les mettant en action, il puisse se maintenir en bonne santé et en harmonie. Nous pourrions tous être notre propre médecin, si nous le voulions.

Mais avant tout, soyez purs

Le courant d’eau est aussi pur que sa source, à moins qu’il ne soit contaminé plus loin, et c’est ce qui nous arrive, à nous les humains.

Nous contaminons le courant de la santé avec nos pensées empoisonnées. Nos doutes, nos craintes, notre incrédulité, nos passions brutales, nos jalousies, notre vengeance, notre ingratitude envers la vie, malgré les joies que celle-ci nous procure, toutes ces choses souillent le courant que nous recevons de la Source divine de tout bien.

La chimie divine

Et la pratique de la chimie divine nous rendra capables de clarifier le courant boueux de notre vie. Nous possédons en nous-mêmes les remèdes qui neutralisent les poisons que nous avons laissés s’introduire dans notre vie et la souiller. Par la pensée juste, nous pouvons neutraliser les poisons de nos corps, tout comme les chimistes peuvent neutraliser les poisons des égouts de la ville avec certains ingrédients.

En nous servant de leurs antidotes, nous pouvons neutraliser les poisons de la maladie, les résultats d’une fausse manière de penser et de vivre, qui ruinent et abreuvent nos vies d’amertume, qui nous font souffrir toutes sortes de maux et nous rendent incapables d’accomplir la dixième partie de ce que nous pourrions faire si nous possédions cette magnifique vigueur physique et mentale qui est la condition normale de l’homme.

Maintenez constamment une pensée optimiste

Nous devons dénier toute réalité aux maux de toutes sortes, mentaux ou physiques, comme le fait le guérisseur mental. Nous devons nous voir comme il voit son patient, dans la plénitude de la santé qui était dans les intentions du Créateur. C’est l’homme idéal ou la femme idéale que nous devons voir, jamais l’être affaibli, déformé par d’horribles maladies ou leurs symptômes.

En ne reconnaissant que l’homme réel ou la femme réelle, non affecté par une pensée fausse, nous détruisons les effets nuisibles des ennemis mentaux qui combattent pour perpétuer la maladie ou d’autres conditions défavorables.

Maintenir constamment l’idéal de la santé, la pensée de la vérité et de la prospérité, la pensée optimiste, bienveillante, joyeuse, réconfortante, et fermer la porte à tout ce qui leur est contraire, non seulement aide à rétablir la santé, mais accroît aussi prodigieusement la force de résistance à la maladie. La pensée juste est un tonique pour la santé, l’efficacité et le bonheur.

Ce qu’il faut pour avoir une santé florissante

Pour établir la santé, il faut adopter à son égard l’attitude victorieuse que nous prenons envers toutes les choses que nous désirons. Si nous désirons avoir la santé florissante (et qui ne le désire pas ?) nous devons cultiver une foi implicite dans la santé comme faisant partie de notre

patrimoine, une foi implicite dans le fait qu’étant les enfants de la Perfection, nous devons participer aux qualités de la perfection, et par conséquent être débarrassés de l’imperfection qui se manifeste sous la forme de la maladie ou de la souffrance physique.

Sans la foi en notre divinité, nous ne sommes pas, et nous ne pouvons pas être bien portants. Sans la foi au pouvoir guérisseur de la Divinité, aucune guérison n’est possible. Le patient peut n’avoir pas toujours une foi consciente, mais le guérisseur l’a, et une foi semblable à la sienne s’éveille chez le malade lorsqu’il commence à sentir la puissance divine de guérison agissant et travaillant dans son corps comme un levain.

Le pouvoir guérisseur de la foi

Dans la Bible, et tout spécialement dans les enseignements du Christ, rien n’est mis plus en lumière que la foi. Chaque bienfait, chaque guérison dépendent de la foi du malade. Dans toutes les guérisons du Maître, la foi est réclamée d’une façon impérative : “Il te sera fait selon ta foi.”

Quand les disciples venaient dire à leur Maître qu’ils n’avaient pu guérir certaines malades, il les réprimandait et attribuait leur insuccès à leur manque de foi. Il reconnaissait ainsi le grand pouvoir guérisseur de la foi, et gravait en eux cette vérité que, sans la foi, aucune guérison n’est possible.

Tout docteur sait que la foi du malade dans sa science, dans l’efficacité des remèdes qu’il ordonne est le principal agent curatif. C’est la foi qui donne de la vertu à des milliers de remèdes n’ayant aucune valeur intrinsèque.

La confiance en notre santé est une puissance qui l'entretient

Nous savons tous comment la crainte de la maladie affecte l'esprit et ruine la santé. La confiance en notre santé est réellement une puissance qui l'entretient, car du moment que nous la perdons, notre force de résistance diminue, et la maladie peut plus facilement s'installer.

L'image gardée perpétuellement dans la conscience se grave dans le subconscient, et le corps se conforme à la pensée. Pour atteindre la santé parfaite, nous devons conserver constamment dans notre esprit l'image de la perfection physique, de l'état idéal. Nous devons sans cesse repousser toute image de faiblesse ou de maladie, toute suggestion qui troublerait l'idéal de santé et d'harmonie que nous désirons atteindre et conserver.

Apprenez à vivre dans l'idéal de santé

Quelle révolution s'opérerait dans notre vie si nous pouvions seulement apprendre à vivre dans cet idéal de santé, au lieu de vivre dans la crainte perpétuelle de la maladie !

On devrait apprendre à tout enfant à <u>penser</u> à la santé au lieu de penser à la maladie, à réaliser que <u>la santé est l'état permanent</u>, que la maladie n'est pas un mal nécessaire, et qu'il n'était pas dans les intentions du Créateur que nous dussions souffrir. Si, dès l'enfance, les jeunes intelligences étaient saturées d'idées et d'idéal de santé, elles créeraient une force de résistance qui affranchirait les enfants de tous les ennemis de leur santé.

Si on leur enseignait à croire qu'ils ont été faits à l'image de Dieu, qu'ils ont en eux l'embryon d'un être divin qui doit se développer, nous n'aurions pas autant de lilliputiens mentaux et physiques.

Le corps et l'esprit : un tout indissociable

Ce qui trouble notre santé, c'est le fait que nous avons été accoutumés dès l'enfance à donner trop d'importance à la matière, au corps. En réalité l'esprit est tout. Mais l'esprit n'est pas confiné dans la tête seulement. Il pénètre dans tout le corps, et nos sensations sont l'expression intelligente de toutes les cellules du corps.

Le corps est un grand atelier coopératif composé de millions de cellules. Certaines de ces cellules ont des fonctions plus élevées que d'autres, mais elles sont toutes des membres importants de la corporation, et ont chacune leur mot à dire dans le gouvernement général. Quand nous sommes blessés ou malades, par exemple, des milliers de ces toutes petites cellules qui réparent, guérissent, renouvellent, reconstruisent, se précipitent immédiatement vers la partie malade pour en réparer les tissus.

La grande intelligence qui est en nous

Nous sommes tous conscients de ces processus de guérison, de reconstitution, de renouvellement, qui travaillent en nous et opèrent des miracles en guérissant nos blessures et nos maux.

D'où vient l'intelligence qui gouverne et dirige le travail de ces petits reconstructeurs ? Elle provient de la grande Intelligence qui est en nous, dans notre chair sans en faire partie, qui fait battre notre cœur, respirer nos poumons, qui maintient toutes les fonctions du corps en activité, qui ne cesse jamais de travailler, et ne nous abandonne pas un seul instant. Elle pénètre chaque atome du corps, illumine chaque cellule d'une réflexion de sa propre lumière.

Les savants sont en train de faire des découvertes merveilleuses en ce qui concerne le lieu où siège l'intelligence. Récemment encore, on la supposait confinée dans le cerveau. Mais nous savons maintenant que l'intelligence s'étend dans toute la moelle épinière, que tout

le système nerveux sympathique renferme de la matière grise.

Cette matière a été trouvée dans le bout des doigts des sourds, des muets et des aveugles, montrant ainsi que partout où il y a un besoin, l'intelligence est là. Nous connaissons les merveilles qu'accomplissent les aveugles et les sourds-muets par leur sens du toucher qui leur aide à distinguer les couleurs, et leur permet de se rendre compte de la forme des objets en les touchant simplement avec leurs doigts. Ceci prouve que l'intelligence est répandue partout dans le corps.

Le rapport corps-esprit

Quelques-uns de nos savants les plus avancés croient que les cellules, composant chacun de nos organes, forment une sorte de communauté coopérative intelligente, qui préside à l'activité de chaque organe. Ils estiment que tous les organes ont une intelligence qui leur est propre et qui se trouve en rapports vitaux avec la moelle épinière et le plexus solaire, aussi bien qu'avec le cerveau proprement dit.

Cette théorie est corroborée par les faits. Nous savons combien vite l'estomac sympathise avec l'attitude mentale, comment il répond à nos pensées, à nos émotions ; combien vite le cœur, les reins, sont en relation avec notre état mental : crainte, soucis, joies, inquiétudes, amour, haine, jalousie, quelle que soit l'émotion qui nous domine.

S'il n'y avait pas un rapport intime entre le cerveau et l'estomac (et le même principe s'applique au cœur, aux reins et aux autres organes) notre digestion ne serait pas aussi sérieusement affectée par notre changement d'humeur et nos émotions. Si les cellules de l'estomac ont une intelligence, et si elles répondent ainsi instantanément à notre état mental, n'est-il pas naturel de penser qu'elles peuvent être affectées par l'opinion que nous nous faisons d'elles, par nos doutes quant à leur habileté à bien digérer notre nourriture ?

"Insultez un chien, vous le tuez à moitié," est un vieux dicton. De la même manière, imprimez dans votre estomac, votre cœur, votre foie, ou tout autre organe, la conviction qu'il est faible, bon à rien, et en surplus, avalez une bouchée de dyspepsie mentale avec chaque bouchée de nourriture, tôt ou tard, cet organe acceptera votre verdict, et deviendra ce que vous aurez proclamé qu'il était.

Traitons nos organes comme nous traiterions nos enfants

En d'autres termes, au lieu de les entraver par des pensées fausses, nous devons faciliter à nos organes le travail qu'ils doivent accomplir. Si nous voulons qu'ils fonctionnent parfaitement, comme le Créateur a entendu qu'ils le fassent, nous devons les traiter comme nous traiterions nos enfants. Par la pensée juste, nous devons les aider à être normaux, au lieu de les rendre anormaux par nos doutes et nos soupçons. Nous devons les considérer comme nos associés nos coopérateurs, nos amis, et non comme nos ennemis et nos bourreaux.

Pensez aux fausses conceptions de leurs différents organes que retirent certaines gens de la lecture de livres médicaux décrivant minutieusement les symptômes de maladies qu'ils s'imaginent avoir ? Beaucoup de personnes ne se voient jamais l'être parfait que Dieu avait l'intention qu'elles fussent. Ce qu'elles ont constamment à l'esprit, c'est le tableau d'une créature anormale, malade et faible. Elles s'imaginent que leur estomac, leur foie, leurs reins, leur cœur sont dans un état maladif.

Considérez vos organes comme vos alliés

Au lieu de les considérer comme des amis, comme des membres de la même famille, elles les considèrent comme des ennemis qui les font constamment souffrir. "Oh ! s'écrient-elles, quel misérable estomac je possède ! Je ne puis rien digérer, tout me fait mal." "Mon vieux cœur,

comme il palpite ! Grâce à lui je n'ose marcher, ni faire aucune des choses que j'aime." "Mes reins sont malades, le dos me fait mal, mieux vaudrait mourir !"

Une semblable manière de considérer son corps, et d'augmenter le dur travail des différents organes ruinerait la santé de l'athlète le mieux entraîné. Si vous voulez être votre propre ami, vous devez être l'ami de vos organes, si intimement unis à votre cerveau, la station centrale de votre système nerveux.

Vous devez croire à leur perfection, à leur fonctionnement normal. Vous devez vous les représenter essayant de vous aider à atteindre le grand but de votre vie, au lieu de vous entraver. Remplacez les images d'organes malades par leur contraire, l'image de leur perfection, et vous vous verrez revenir à la santé et à la force.

N'oubliez pas, vous êtes un être divin

Prenez l'attitude victorieuse, et pensez à vous-mêmes comme à un être divin, immortel, possédant une belle santé, une constitution vigoureuse, une intelligence sublime.

Chaque matin en vous levant, le soir en vous couchant, et toutes les fois que vous y pensez dans la journée, affirmez fermement le fait de votre perfection physique, mentale et morale. Affirmez constamment mentalement, et, quand vous êtes seul, oralement :

"Je suis en bonne santé parce que je suis l'enfant de Dieu. Dieu est ma vie. Il est la grande puissance créatrice qui me soutient et m'élève à chaque instant. Cette puissance me recrée perpétuellement, et essaye de réaliser en moi le plan qui était le plan originel de mon être quand j'ai été créé. Je dois coopérer avec elle, aujourd'hui et chaque jour. Je dois tendre à être parfait comme mon Père céleste est parfait."

Il y a une grande puissance fortifiante dans la simple résolution d'être bien portant, fort et vigoureux, dans

l'affirmation persistante de l'idéal parfait que le Créateur avait en nous créant. Se séparer de cet idéal, c'est se séparer de Dieu, de la santé parfaite, de la réalité de l'être parfait voulu de lui.

Considérez-vous comme le vainqueur et non la victime

Aussi longtemps que nous pensons à la maladie, que nous doutons de notre force et de notre vigueur, aussi longtemps que nous gardons la conviction d'une faiblesse ou d'une tendance héréditaire à la maladie, que nous nous considérons comme la victime, au lieu d'être le vainqueur d'une mauvaise santé, bref, aussi longtemps que le modèle mental est défectueux, la santé parfaite est impossible.

Une santé débordante et joyeuse ne peut être établie que par la pensée juste et la vie juste, qu'en entretenant des pensées de santé au lieu de pensées de maladie, de force au lieu de faiblesse, d'harmonie au lieu de discorde, qu'en ayant des pensées de vérité au lieu de pensées d'erreur, des pensées d'amour, au lieu de pensées de haine, des pensées qui élèvent au lieu de pensées qui dépriment.

Malades, utilisez votre puissance guérissante

Déjà maintenant, un grand nombre de médecins – et bientôt tous y viendront – enseignent à leurs patients comment ils peuvent faire usage de la grande puissance guérissante de la pensée, le miracle de la pensée juste, qui les unit à la Force qui est dans la chair, mais qui n'en fait pas partie.

Ils montreront à chaque malade quelles sont les attitudes de l'esprit, les affirmations et les autosuggestions qui peuvent maintenir son être dans l'harmonie ; ils lui enseigneront l'usage bienfaisant de la suggestion. Le médecin de l'avenir emploiera largement, comme remèdes, les idées, les attitudes mentales et les suggestions.

Le temps viendra où les parents et les instituteurs réaliseront la formidable force, pour la construction du caractère, qui, réside dans l’affirmation de la santé, de la plénitude, de l’harmonie. Ils enseigneront aux enfants à exercer ce pouvoir qui chassera la discorde et la maladie.

Ils apprendront aux jeunes l’affirmation de l’idéal parfait, et ils leur enseigneront à garder dans leur esprit le modèle d’un homme parfait, d’une femme parfaite, et non celui d’un être gâté, rabougri, privé de force et de beauté, par la violation de la loi mentale ou par une mauvaise manière de vivre, et cet idéal les protégera contre les assauts provenant de l’extérieur ou de l’intérieur.

Si l’esprit qui était en Christ était toujours en nous, l’esprit qui donne la santé, la paix et le bonheur, qui perpétue l’harmonie, la vérité et la beauté, nous ne connaîtrions aucune sorte de discorde.

La santé parfaite serait la règle, et non l’exception, parce que nous ne transgresserions jamais les lois de notre être.

Chapitre XII
Ayez un idéal et soyez-lui fidèle

La foi et l'idéal resteront toujours les plus puissants leviers du progrès et du bonheur.

Jean FINOT.

Nous tendons à ressembler aux choses auxquelles nous pensons le plus et que nous souhaitons le plus ardemment.

Les dieux que nous adorons écrivent leur nom sur nos visages.

RYERSON.

La réussite se lit sur le visage

Partout, nous trouvons des exemples de la puissance transformatrice de l'idéal. Elle se manifeste sur les visages de ceux que nous rencontrons dans la rue, dans les trains et les magasins, dans les théâtres et dans les églises, partout où le peuple s'assemble.

Combien vite nous pouvons reconnaître, dans la foule, l'homme d'affaires qui a du succès ! Son initiative, son habileté, sa maîtrise, se montrent sur son visage et dans ses manières. On peut en dire autant d'autres professions, de l'étudiant, de l'ecclésiastique, de l'instituteur, du docteur, du fermier, de l'ouvrier de campagne.

Allez dans une fabrique, dans un magasin, ou dans tout autre lieu où l'on travaille, et vous pourrez vite reconnaître sur les visages, dans l'expression et les manières des gens que vous y rencontrerez, de quelle nature est leur idéal.

La puissance de la concentration mentale sur le corps

Nos pensées, nos mobiles déterminants, se reflètent dans notre corps, de telle sorte que tout le monde peut les constater. Plusieurs cas absolument authentiques de stigmates sont mentionnés dans la vie des Saints du moyen âge ; on vit apparaître sur leurs corps une reproduction exacte des blessures du Christ crucifié.

Plusieurs de ces cas se produisirent dans des couvents ou des monastères, comme résultat probable d'une longue et intense concentration de l'esprit sur les souffrances physiques du Christ.

Fréquemment, le phénomène se produisait après les austérités du carême, pendant lesquelles les moines et les nonnes avaient concentré plus intensément leur pensée sur la passion et la mort du Sauveur.

Si la contemplation et la constante représentation mentale des souffrances de l'Homme-Dieu, ont pu changer les tissus du corps au point de reproduire sur celui-ci la marque de l'épée dans le côté, des clous dans les mains et les pieds, et des épines sur le front du Christ, pensez aux merveilles qu'accomplirait le renversement de ces pensées et de ces représentations.

Faites de la vie du Christ votre idéal

Pensez à ce que pourrait produire la contemplation de l'œuvre magnifique accomplie par le Sauveur sur la terre, de la constante représentation mentale de sa vie glorieuse, de sa tendresse, de son amour pour l'humanité, de sa puissance et de sa dignité, du don continuel de lui-même au service des autres ! Pensez ce qu'un tel idéal, un tel modèle, et un effort perpétuel pour le réaliser, seraient pour la race humaine !

Nous tendons à devenir semblables à ce que nous admirons, à ce que nous retenons avec persistance dans notre esprit.

L’histoire du christianisme montre continuellement la puissance de l’idéal pour élever les hommes et les femmes au-dessus d’eux-mêmes. Saint Paul en est un exemple des plus remarquables ; il est tellement possédé, tellement enthousiasmé par le Christ, qu’il s’écrie : “Ce n’est plus moi qui vit, c’est Christ qui vit en moi.”

“La contemplation de la perfection élève toujours.” Rien ne fortifie l’esprit, n’élargit la pensée, n’accroît la virilité comme l’effort constant pour atteindre un haut idéal. La lutte pour arriver à quelque chose de meilleur, le constant effort de l’esprit pour atteindre les choses élevées, la poursuite assidue de l’idéal, qui s’élève constamment à mesure que nous le poursuivons, est ce qui a conduit l’humanité de la sauvagerie à la civilisation du XXe siècle.

Sans idéal, il n’y a plus de progrès

Un jour, dans son atelier, un grand artiste fut trouvé en larmes par son ami. Quand celui-ci lui demanda la cause de son chagrin, il répondit : “Je viens de produire une œuvre qui me satisfait complètement ; je ne pourrai plus rien produire,” et ce fut vrai. Son inspiration s’était éteinte parce qu’il avait atteint son idéal.

Sans idéal, il n’y a plus de progrès. Et lorsqu’il n’y a plus de progrès, il y a rétrogradation. “Sans vision le peuple périt.” Dans l’univers, rien n’est immobile. Nous nous mouvons tous dans une direction, ou en avant ou en arrière. Tout dépend de l’idéal.

Tout ce que nous admirons, et tout ce à quoi nous aspirons, entre dans la trame de notre existence, devient une partie de nous-mêmes. Si nous pouvions analyser chaque individu, nous pourrions dire quels livres il lit, découvrir quelle sorte d’amis il fréquente, et nous pourrions nommer ses héros ; en un mot, nous pourrions dire quel est son idéal.

Les parents et les instituteurs devraient faire comprendre aux jeunes l'importance qu'il y a à choisir le plus haut idéal humain.

L'histoire est pleine d'exemples de la puissante influence qu'a exercé l'idéal sur les grands hommes. On raconte qu'Alexandre le Grand portait toujours sur lui un exemplaire de l'Iliade d'Homère, et qu'il n'était jamais fatigué de lire l'histoire d'Achille, le grand héros auquel il désirait ressembler.

En Amérique, plus d'un jeune homme, encouragé et stimulé par la carrière de Lincoln, non seulement a vécu d'une vie plus élevée pour avoir modelé sa vie sur celle de son héros, mais a développé en lui des qualités qui se trouvaient chez Lincoln, et qui autrement seraient probablement restées à l'état latent.

Il est de la plus grande importance de choisir de bonne heure notre idéal de vie, un haut et bel idéal qui sera notre étoile polaire, notre guide fidèle et lumineux.

Ne vous détournez pas de votre idéal coûte que coûte

Quand nous sommes jeunes, nous avons tous, par nature, quelque idéal. Quel est le jeune homme qui entre dans la vie active sans avoir devant lui l'idéal de ce qu'il veut être ou faire, et de l'œuvre qu'il compte accomplir dans ce monde ? Quelle jeune fille, lorsqu'elle quitte l'école et que la vie lui sourit, ne rêve de l'amour idéal qu'elle entrevoit, du foyer idéal qu'elle fondera, et de l'œuvre magnifique qu'elle accomplira aux côtés du compagnon de ses rêves ?

Mais ce jeune homme et cette jeune fille conservent-ils cet idéal, avec la force de conviction qui surmonte toutes les difficultés, ou ne l'abandonnent-ils pas plutôt à la première déception, pour se cantonner dans une existence tout

ordinaire, qui ne s'élève guère au-dessus des choses matérielles ?

La jeunesse conçoit tout naturellement le glorieux idéal, non seulement de ce que sa propre vie sera, mais ce que la vie en général devrait être. Elle conçoit l'homme idéal, la femme idéale, le système social idéal, et éprouve un vague désir d'aider à leur accomplissement. Mais, trop souvent, le désappointement qu'elle éprouve dans ses efforts pour améliorer les conditions lui enlève l'espoir de réaliser son idéal, puis l'amène à l'abandonner.

Attention à la rétrogradation

Alors survient le grand danger de la rétrogradation. À moins que l'idéal ne soit retenu avec une ténacité qu'aucun insuccès, aucun désappointement ne peut diminuer, il s'évanouit lorsque la première ardeur de la jeunesse est éteinte.

Un des meilleurs moyens de conserver l'idéal de la jeunesse dans toute sa fraîcheur et sa beauté est de rappeler fréquemment, journellement, à sa mémoire les héros qui ont éveillé en nous cet idéal et le désir de l'atteindre. Lisez les livres et les chapitres qui vous ont donné l'envie de rivaliser avec un noble caractère. Renouvelez-vous mentalement en vous remémorant la vie et les œuvres des hommes et des femmes qui ont combattu noblement pour l'humanité.

Pensez aux Washington, aux Franklin, aux Lincoln, aux Emerson, aux Florence Nightingale, aux Elisabeth Fry, aux Joséphine Butler, et vous serez fortifiés pour résister à l'influence avilissante de la richesse, de la compétition qui, dans tant de cas, détruisent les inspirations et les idéals de la jeunesse.

Le caractère se développe toujours d'après le modèle que nous gardons en nous. Aucun artiste ne pourrait peindre le visage du Christ, avec le modèle d'un Judas dans sa

vision mentale. Aucun grand caractère ne peut être construit avec un idéal au rabais.

Luttez constamment pour réaliser votre idéal

La lutte constante pour réaliser un haut idéal est la seule force, dans les cieux et sur la terre, qui puisse rendre une vie grande, belle et fructueuse. Si nous désirons accomplir une œuvre de valeur, si nous voulons réaliser notre unité avec le Créateur, et accomplir l'œuvre pour laquelle il nous a placé sur cette terre, nous devons nous élever jusqu'à notre idéal.

Les yeux fixés sur cet idéal, nous devons travailler avec notre cœur, nos mains et notre cerveau, avec une foi qui ne se trouble jamais, avec une résolution qui ne vacille jamais, avec une patience infatigable, et persévérer jusqu'à la fin ; car, à mesure que nous avançons, notre idéal s'élève toujours plus haut.

L'idéal est en vous-même

“La situation qui n'a pas ses devoirs, son idéal, dit Carlyle, n'a pas encore été occupée par un homme. Oui, ici, dans ce pauvre, misérable, méprisable présent où tu es maintenant, ici et nulle part ailleurs est ton idéal ; fais-l'en sortir et travaille, crois, vis, et sois libre. Insensé ! l'idéal est en toi-même.”

Jamais paroles plus vraies n'ont été prononcées. Dans chaque être humain sont enfouies des énergies divines qui, bien dirigées, développeront son idéal. Celui qui voit un sculpteur tailler un bloc de marbre peut ne considérer ce qui sort sous son ciseau que comme un travail mécanique. Mais, hors de la vue, il y a dans le cerveau du sculpteur quelque chose que nous n'apercevons pas ; et chaque mouvement de sa main obéit à la pensée correspondant à son idéal. Sans cet idéal, il ne serait qu'un tailleur de pierre ; par lui, il devient un artiste.

“L’idéal est le réel.” Par lui nous formons nos vies comme le sculpteur forme l’image dans le bloc de marbre. Les moyens extérieurs seuls ne peuvent accomplir ceci. Vous devez vous emparer des principes éternels, des vérités perpétuelles, ou vous n’approcherez jamais de votre idéal.

Votre premier pas vers lui est dans ce que vous faites ou pensez maintenant. Ce n’est pas sur des hauteurs inaccessibles, sur quelque distante scène, ou dans quelque pays fabuleux où le désir est magiquement satisfait sans effort, que nous réaliserons l’idéal qui hante nos âmes, mais ici, maintenant, dans ce pauvre et méprisable présent, ici et nulle part ailleurs est notre idéal !

Dans l’humble vallée, dans la vaste prairie, dans la ferme, sur mer ou sur terre, dans l’atelier, le magasin ou le bureau, partout où il y a un travail honnête pour la main et le cerveau de l’homme, dans les limites circonscrites de nos devoirs journaliers, est le champ d’où doit surgir notre idéal.

C’est votre mental qui vous pousse à atteindre votre idéal

“Vos circonstances peuvent être contraires, dit James Allen, mais elles ne le resteront pas longtemps si vous percevez un idéal et luttez pour l’atteindre. Vous ne pouvez travailler intérieurement et rester immobile extérieurement.

“Voici un jeune homme durement étreint par la pauvreté et le travail, confiné pendant de longues heures dans un atelier insalubre, sans instruction et sans éducation. Mais il rêve de meilleures choses ; il rêve d’intelligence, de raffinement, de grâce et de beauté. Il conçoit et construit mentalement une condition de vie idéale ; la vision d’une plus grande liberté et d’une condition meilleure prend possession de lui, le pousse à l’action ; il utilise tous ses moments de loisirs et ses moyens, si petits qu’ils soient, pour développer ses forces et ses ressources latentes.

“Très vite son esprit s’est développé de telle sorte que l’atelier ne peut plus le retenir, et dès que se présente l’occasion qui répond à ses visées et à ses projets, il le quitte pour toujours.

“Des années plus tard, nous retrouvons le jeune homme devenu un homme d’âge mûr. Nous le voyons maître de certaines forces de l’esprit qu’il manie avec une puissance presque sans égale. Ses mains tiennent les rênes de gigantesques responsabilités ; il parle, et voici ! des vies sont transformées, des hommes et des femmes sont suspendus à ses lèvres, et changent de mentalité.

“Semblable au soleil, il devient le centre fixe et lumineux autour duquel tournent d’innombrables destinées. Il a réalisé la vision de sa jeunesse. Il est devenu un avec son idéal.”

Ne manquez surtout pas d’idéal

La grande malédiction des gens ordinaires est la banalité, le manque d’idéal. Il y a des milliers de fermiers qui ne s’élèvent jamais au-dessus de leurs champs et de leur bétail, des docteurs qui ne voient jamais autre chose que les maladies et les remèdes.

L’idéal des masses s’élève rarement au-dessus de la médiocrité. Beaucoup d’entre nous vivent dans les régions inférieures de leur existence, tandis que les régions supérieures restent inutilisées. Nous avons besoin d’aspirations et de grands modèles de pensées pour nous élever.

Développez votre idéal

Dieu a murmuré à l’oreille de toute vie : “Regarde en haut.” Il y a une gravitation céleste et potentielle en tout être humain. Il y a une faim spirituelle dans l’humanité qui, si elle était entretenue, développerait de grandes âmes. Dans

tout fils d’Adam, il y a une divinité latente qui doit être éveillée avant qu’il puisse s’élever.

Dans les ateliers où l’on fabrique les boussoles marines, les aiguilles, avant d’être magnétisées, restent dans toutes les positions, mais une fois touchées par le puissant aimant, une fois électrisées par cette mystérieuse puissance, elles n’indiquent plus qu’une seule direction. Plus d’une jeune vie reste insouciante, sans but, jusqu’à ce que, touchée par le divin aimant, elle se tourne vers l’étoile polaire de son idéal.

La plus petite aspiration qui jaillit dans nos cœurs est une semence divine qui grandira et se développera, si nous la nourrissons et l’encourageons. Les meilleures semences ne prospèrent jamais dans le sol matériel ou mental sans qu’on en prenne soin. Ce n’est que les mauvaises herbes, les ronces et les plantes nuisibles qui poussent sans soins.

Entretenez votre idéal

L’aspiration qui ne se traduit pas en effort mourra tout comme une fonction dont on ne se sert pas s’atrophie et disparaît. Les naturalistes disent que l’autruche a eu autrefois de fortes ailes, mais cet oiseau dédaignant de s’en servir, et préférant marcher sur la terre plutôt que s’élever dans les airs, a pratiquement perdu ses ailes dont la force a passé dans ses jambes.

Quelque chose de semblable se produit continuellement dans les vies humaines. Nous montons ou nous descendons selon que nous poursuivons ou négligeons notre idéal. La majorité d’entre nous “sabotent” leur vie ; nous dépensons beaucoup de temps et d’efforts pour satisfaire les désirs de notre nature animale, et nous vivons d’une vie terne et sans idéal quand nous aurions pu prendre notre essor.

Ne vous contentez pas d’un idéal matériel

Partout nous voyons des hommes qui se sont créé une riche existence mais qui n’ont qu’une très pauvre vie. Ils ont réussi dans leur profession, mais ils ont fait faillite, en tant qu’hommes, en s’écartant de leur idéal dans le but d’amasser de l’argent.

Partout nous voyons des gens sacrifier les choses élevées aux choses basses, abandonner le meilleur de ce qui est en eux pour un avantage matériel superficiel, vendre le droit d’aînesse de l’âme pour un plat de lentilles.

Y a-t-il de la raison ou de l’intelligence chez un homme qui continue à mettre son habileté, son énergie, ses facultés à gagner de l’argent, quand il en possède déjà beaucoup plus qu’il ne lui en faut pour vivre ?

Le don de la vie est-il de si peu d’importance que nous puissions assumer de dépenser notre temps pour acquérir des choses qui ne durent pas, des choses matérielles qui passeront bientôt, tandis que nous négligeons celles qui durent ? Nous savons que la vie est la grande occasion qui nous est offerte pour agir en hommes.

Consacrez-vous à un idéal mental

Cependant, c’est trop souvent pour ces choses passagères que nous dépensons notre force et notre énergie, tandis que nous nous contentons de désirer ce qui pourrait nous aider à atteindre notre idéal. Nous sacrifions beaucoup pour gagner une fortune, mais pratiquement rien pour la réalisation des désirs supérieurs de nos âmes.

Cependant, l’idéal est vraiment la “perle de grand prix,” en comparaison de laquelle “tout ce qu’un homme possède” n’a aucune valeur. Les grands hommes du monde ont toujours été des hommes qui avaient un haut idéal auquel ils sont restés fidèles.

Les hommes et les femmes qui ont vraiment réussi sont ceux qui, par leur noble exemple, ont contribué à l'ennoblissement, au bonheur et à la sagesse du monde, et non ceux qui se sont bornés à entasser égoïstement des piles d'écus. Une riche personnalité enrichit tous ceux qui entrent en contact avec elle. Une noble vie ennoblit tous ceux qui l'entourent.

Il existe des appareils si délicats qu'ils peuvent enregistrer la moindre dépense de force physique. Si de semblables appareils pouvaient être fabriqués pour mesurer les caractères, plus d'un millionnaire serait chagriné de voir combien le sien donne peu de force, tandis qu'un humble ouvrier serait étonné de voir combien ses efforts sérieux et incessants pour atteindre son idéal ont produit d'heureux résultats.

Dieu cache un idéal dans chaque âme humaine

Je crois que le temps viendra où ce ne sera pas l'argent, la fortune, les propriétés, mais le développement mental et moral qui deviendra la mesure populaire des vraies richesses, du vrai succès.

Phillips Brooks a dit : “La vie idéale et parfaite nous hante tous, nous sentons s'agiter l'être que nous devrions être, derrière celui que nous sommes. Dieu cache un idéal dans chaque âme humaine. À un moment quelconque de sa vie, chacun éprouve le désir de faire quelque chose de grand. La vie trouve sa plus noble source de perfection dans l'impulsion cachée qui la pousse à faire de son mieux.”

Tous ceux qui substituent le but élevé au but facile, tous ceux qui, aujourd'hui et chaque jour, conservent leur idéal, en dépit des tracas et du tumulte de la vie moderne, hâtent le jour où un haut idéal inspirera les masses et deviendra la puissance qui fera mouvoir le monde.

Chapitre XIII
Comment utiliser le travail du cerveau pendant le sommeil ?

Ne vous trouveriez-vous pas bien privilégié si vous aviez un secrétaire très habile, qui travaillerait pour vous jour et nuit, à votre gré, et comprendrait si bien votre mentalité qu'il traduirait fidèlement la moindre de vos pensées ?

Et si vous saviez qu'en dépit de toute son habileté, il ne peut travailler ainsi que si vous avez la confiance absolue qu'il est capable de le faire, ne feriez-vous pas bien attention que rien ne vienne diminuer cette confiance ?

Votre subconscient est capable de réaliser vos désirs

Eh bien, substituez à ce secrétaire votre subconscient, cette partie de vous-même qui se trouve au-dessous du seuil de votre conscience, et essayez de réaliser que ce subconscient est en réalité l'espèce de secrétaire que j'ai essayé de décrire, capable de réaliser vos désirs, et vos ambitions, d'exécuter vos desseins dans la proportion exacte de votre confiance en ses capacités, et vous aurez quelque idée de ce qu'il peut faire pour vous.

Ce secrétaire est un serviteur fidèle, qui marche à vos côtés pendant toute votre vie pour exécuter vos moindres désirs, pour vous aider à atteindre votre but. L'aide, l'encouragement, l'appui que vous donnez à cet autre vous-même contribueront à la magnificence, à la splendeur de votre destinée.

D'autre part, toute pensée négative ou vicieuse, tout égoïsme, toute passion, toute envie, tout doute ou toute crainte que vous entretiendriez à son égard affaiblirait votre

secrétaire, dans la proportion exacte de leur intensité et de leur persistance. Bref, il dépend de vous que ce secrétaire soit votre plus grand aide, votre assistant et votre ami, ou votre plus grande entrave, votre pire ennemi.

Le subconscient et le conscient

Peu importe comment nous les appelons, subconscient et conscience ou intelligence subjective et intelligence objective, nous nous rendons tous compte qu'il existe en nous 2 forces constamment à l'œuvre. L'une commande et l'autre obéit. Nous savons que l'une d'entre elles, l'intelligence subjective, ne détermine pas elle-même ses actions, mais reçoit ses instructions de l'intelligence objective qui possède la force de volonté.

L'expérience nous montre que l'intelligence subjective ou subconsciente, que nous avons dépeinte comme un secrétaire personnel, est une servante qui obéit à notre volonté, réalise nos désirs, et enregistre dans notre cerveau non seulement chacune de nos pensées, de nos paroles et de nos actions, mais tout ce que nous voyons et tout ce que nous entendons dire aux autres.

Notre subconscient emmagasine tout ce qui nous arrive

Coleridge raconte un cas remarquable prouvant la vérité de ce que nous avançons. Une jeune domestique allemande tomba malade de la fièvre, et dans son délire elle récita correctement de longs passages d'auteurs célèbres, en latin, en grec et en hébreu. Des étudiants furent invités à venir entendre cette jeune fille ignorante parlant couramment des langues dont elle n'avait pas la moindre connaissance dans ses moments conscients, afin de dire ce qu'ils en pensaient. Ils furent très étonnés et intrigués, mais ne purent donner aucune explication du fait.

Plus tard, cependant, le miracle fut expliqué. Quelques années auparavant, la jeune fille avait vécu dans la famille d'un ministre, où elle avait l'habitude d'entendre son maître réciter à haute voix des fragments d'œuvres classiques. Elle avait écouté attentivement, et son intelligence subconsciente avait fidèlement gravé chaque mot dans son cerveau, qui reproduisit ce qu'elle avait entendu, pendant que l'intelligence objective était en repos.

De nombreux cas pourraient être cités pour prouver que notre subconscient emmagasine tout ce qui nous arrive. Chaque pensée, chaque expérience, tout ce qui passe devant nos yeux, tout ce que nous entendons ou sentons, est enregistré exactement dans notre cerveau par notre intelligence subconsciente.

Faites travailler votre subconscient même la nuit

Maintenant, si cet autre nous-même, ce secrétaire personnel, cette intelligence subconsciente, ou de quelque autre nom que nous le nommions, a une telle puissance, pourquoi ne serait-il pas dressé à travailler pour nous quand nous dormons, tout aussi bien que pendant que nous sommes éveillés ? Avez-vous jamais pensé à la possibilité d'un développement spirituel et mental pendant le sommeil ? Ne vous est-il jamais venu à l'esprit que, tandis que les processus de réparation et de reconstruction s'opèrent normalement dans le corps, l'intelligence peut aussi se développer, que l'âme aussi bien que le corps peut grandir et croître ?

"Quand les fonctions qui dépendent de notre corps et de notre volonté sont suspendues pendant le repos du sommeil, le Seigneur opère", disait Swedenborg. Le grand philosophe suédois croyait fermement à l'activité de "l'autre nous-même" pendant le sommeil. Il déclarait que sa "vision spirituelle" était ouverte pendant les heures inconscientes de la nuit.

La Bible abonde en illustrations de l'activité du subconscient pendant le sommeil. Des avertissements ou des ordres sont donnés, des visions sont entrevues, des plans sont élaborés, des anges viennent converser avec des hommes, des manières de faire sont conseillées, et chaque suggestion faite à l'âme dans l'état de rêve est littéralement réalisée dans les heures de veille.

Pendant que le conscient se repose, le subconscient s'active

Les théosophes croient que pendant le sommeil l'âme ou l'esprit agit indépendamment du corps, qu'il quitte même le corps et s'en va, dans la nuit, accomplir les tâches fixées par le Créateur.

En réalité, peu de personnes réalisent l'immense somme de travail qui s'accomplit automatiquement dans le corps sous la direction du subconscient. Si le cerveau et le système nerveux tout entier dormaient pendant la nuit, toutes les fonctions corporelles seraient suspendues. Le cœur cesserait de battre, l'estomac, le foie, les reins et les autres glandes cesseraient d'agir, les processus de digestion s'arrêteraient, tous les organes physiques suspendraient leur travail, et nous cesserions de respirer.

Un des plus profonds mystères relatifs aux processus de la Nature est celui qui consiste à placer une partie du cerveau et du système nerveux, et la plupart de nos facultés mentales qui ont travaillé pendant le jour, sous l'influence du sommeil qui les anesthésie pendant qu'elle répare et renouvelle chaque cellule et chaque tissu, tout en maintenant en même temps en activité une grande partie des processus corporels, et même certaines de nos facultés mentales et créatrices. Celles-ci sont éveillées et alertes pendant que le dormeur est dans un état d'inconscience.

Il est probable que la plupart d'entre nous ont fait l'expérience de s'endormir, le soir, découragés parce qu'ils ne parvenait pas à résoudre tel problème d'une façon

satisfaisante. C’était peut-être, au temps de la jeunesse, un problème de mathématiques, ou plus tard dans la maturité, un problème plus angoissant, posé par les affaires ou la vie, et voici, au matin, sans aucun effort conscient de notre part, le problème se trouvait résolu ; toutes les complications avaient disparu, et ce qui nous embarrassait si fort le soir précédent, nous était parfaitement clair le matin, à notre réveil.

Le subconscient peut résoudre vos problèmes pendant votre sommeil

Notre être conscient, objectif, n’avait pas pénétré dans le mystérieux laboratoire où le miracle s’était accompli. Tout ce que nous savions, c’est qu’il s’était accompli quelque part, sans que nous le sachions, pendant que nous dormions.

Plusieurs des découvertes ou des inventions les plus importantes ont été faites par l’intelligence subconsciente, pendant le sommeil. Plus d’un inventeur qui s’était couché découragé et troublé parce qu’il ne pouvait pas établir le lien entre ses théories et leur application pratique, s’éveilla le matin avec la solution parfaitement juste de son problème.

Des mathématiciens et des astronomes ont obtenu de merveilleux résultats pendant leur sommeil, des réponses aux questions qui les avaient embarrassés outre mesure pendant la journée. Les écrivains, les poètes, les peintres, tous ont reçu l’inspiration de leurs œuvres pendant que leur corps dormait.

On a essayé d’expliquer ces choses en attribuant le phénomène apparent au simple fait que le cerveau se rafraîchit et se renouvelle pendant la nuit, et que, par conséquent, nous pouvons penser plus clairement au matin. Ceci est vrai, mais il y a quelque chose de plus, car nous savons que des idées sont suggérées et des problèmes résolus d’une manière qui ne s’était jamais présentée à l’esprit éveillé.

La plupart d'entre nous ont fait des expériences qui leur ont prouvé qu'il existe quelque grand principe, quelque puissante intelligence résidant dans la chair, mais n'en faisant pas partie, qui agit continuellement dans notre vie et nous aide à résoudre nos problèmes.

L'expérience de Louis Agassiz

Un cas de cette espèce, très intéressant, nous est fourni par la biographie du grand savant Louis Agassiz.

“Mon mari, écrit sa veuve, avait lutté pendant 2 semaines pour déchiffrer l'empreinte, quelque peu obscure, d'un poisson fossile sur le morceau de pierre dans lequel il s'était incrusté. Fatigué et perplexe, il finit par abandonner son travail, et essaya de s'en dépréoccuper complètement. Peu de temps après, il s'éveilla, une nuit, persuadé que tandis qu'il dormait il avait vu son poisson, avec tous les traits qui manquaient parfaitement rétablis.

“Mais quand il essaya de retenir et de fixer cette image, elle lui échappa. Néanmoins, il se rendit de bonne heure au jardin des plantes, pensant qu'en regardant de nouveau le fossile il remarquerait quelque chose qui le remettrait sur la trace de sa vision. Mais ce fut en vain.

“La nuit suivante, il vit de nouveau le poisson, mais sans résultats plus satisfaisants, car lorsqu'il se réveilla, l'image disparut de sa mémoire comme auparavant. Espérant que la même expérience se répéterait la troisième nuit, il plaça un crayon et une feuille de papier près de son lit avant de se coucher.”

“Effectivement, vers le matin le poisson lui réapparut en rêve, confusément d'abord, mais ensuite si distinctement qu'il n'eut plus aucun doute sur ses caractéristiques zoologiques. Toujours à moitié endormi, dans l'obscurité la plus complète, il traça ses caractères sur le papier placé près de son lit. Au matin, il fut surpris de trouver dans son esquisse nocturne des traits qu'il n'aurait pas cru appartenir

à ce fossile. Il se rendit en hâte au Jardin des Plantes et s’aidant de son dessin comme guide, il réussit à enlever la surface de la pierre sous laquelle certaines parties du poisson étaient cachées.

“Quand le fossile fut complètement dégagé, il correspondait parfaitement à son rêve et à son dessin, et Agassiz put le classer facilement.”

Les somnambules

Nous sommes tous habitués aux faits merveilleux accomplis par les somnambules. Ils savent se lever et s’habiller tout à fait endormis, ouvrir et fermer les portes, sortir et se promener dans les endroits dangereux où ils n’oseraient pas s’aventurer lorsqu’ils sont éveillés.

On en a vu se promener, d’un pas absolument sûr, sur le faîte des toits, tout au bord d’un fleuve ou d’un précipice, dans des endroits où le moindre faux mouvement les précipiterait dans la mort.

Ils peuvent parler, écrire, agir, et se mouvoir, comme s’ils étaient entièrement conscients de ce qu’ils font. Un somnambule répond aux questions qu’on lui pose pendant qu’il dort ; il peut même soutenir la conversation.

Les personnes hypnotisées

À cet égard, l’état du marcheur endormi ressemble à celui d’une personne en transe hypnotique. On peut la toucher ; elle demeure entièrement inconsciente.

Les opérations chirurgicales ont pu être faites sur une personne hypnotisée sans l’aide des anesthésiques, et sans aucun doute on pourrait agir de même quand le sommeil serait assez profond.

L’intelligence subjective est beaucoup plus sensible à la suggestion quand l’intelligence objective est inconsciente, aucune résistance ne s’opposant aux influences extérieures.

Que nous soyons à la veille de découvrir le moyen de traiter les maladies pendant le sommeil, cela ne fait aucun doute. On pourra aussi de cette façon transformer les habitudes, fortifier les facultés insuffisantes, déraciner les idiosyncrasies, neutraliser les mauvaises tendances héréditaires, développer l’intelligence et accroître l’habileté.

La puissance de l’intelligence subjective sur le corps est prouvée par le fait que des pensées suggérées à une personne hypnotisée peuvent affecter matériellement la circulation du sang. Elles peuvent l’envoyer à volonté dans n’importe quelle partie du corps.

L’hypnotiseur peut faire rougir ou pâlir son sujet, faire exprimer à son visage une violente colère, ou un amour suppliant. Il peut produire à volonté l’anesthésie d’une partie du corps, de façon qu’on puisse la piquer avec une aiguille ou un couteau sans que le sujet ressente la moindre douleur.

Il peut, de même, tellement impressionner l’intelligence de la personne endormie, qu’il lui fait croire que l’eau qu’elle boit est de la liqueur, au point qu’elle en vient à présenter tous les symptômes extérieurs de l’ébriété. Il peut lui faire croire que la cuillerée d’eau qu’elle absorbe est empoisonnée, et lui faire manifester immédiatement tous les symptômes de l’empoisonnement.

Tout est enregistré par notre subconscient

Non seulement l’intelligence subjective est capable de transmettre des ordres, comme nous l’avons démontré, mais chaque impression faite sur elle est indélébile. Combien souvent nous disons, quand nous ne pouvons nous souvenir d’un nom qui nous est bien connu, ou des détails d’un

événement important : “Je ne puis m'en souvenir maintenant, mais cela me reviendra plus tard.”

Et les détails oubliés reviennent clairement à notre mémoire, alors que nous n'y pensons plus. Combien souvent nous fatiguons notre cerveau, la nuit, pour nous remémorer quelque chose qui nous vient tout naturellement à l'esprit quand nous nous réveillons le matin.

Nous commençons à comprendre que toutes nos expériences de la journée, toutes nos pensées, nos émotions et nos attitudes mentales, la multitude de petites choses qui semblent ne nous faire qu'une impression fugitive ne sont en réalité pas perdues.

Chaque journée se photographie dans notre cerveau et ses empreintes ne sont jamais effacées, ni détruites. Elles descendent simplement dans le subconscient où elles restent toujours prêtes à répondre à l'appel. Parfois, plusieurs années après leur introduction dans le subconscient, elles se reproduisent avec leur vivacité première.

Le banquier a retrouvé sa clef grâce à l'aide de son subconscient

J'ai entendu parler d'un grand banquier qui avait perdu la seule clef ouvrant les trésors de la banque. Il déclara qu'elle n'avait pu être perdue, mais qu'elle devait avoir été volée, et des soupçons planèrent sur tous les employés.

Un habile détective fut placé dans la banque, et, après avoir surveillé et questionné tous les employés, il se convainquit que seul le banquier connaissait cette clef.

Chaque détective est nécessairement un liseur de pensées, et celui-ci convaincu de la sûreté de ses constatations, suggéra un plan très simple pour retrouver la clef. Il dit au banquier de cesser tout à fait de soupçonner ses employés, de se tranquilliser l'esprit, et de se coucher avec la pensée qu'il avait lui-même posé la clef quelque

part, et qu’il saurait où, lorsqu’il s’éveillerait. “Si vous faites cela, dit-il, je crois que le mystère sera éclairci.”

Le banquier fit ce que lui suggérait le détective, et en se levant le matin suivant, il se dirigea instinctivement vers un certain endroit, caché, où il trouva la clef. Il ne se souvenait pas de l’avoir posée là, mais après avoir réfléchi, il eut un vague souvenir de s’être rendu à cette place.

L’intelligence consciente du banquier était probablement occupée d’autre chose quand il avait posé la clef. Son subconscient seul enregistrait ce qu’il faisait. Puis, lorsqu’il s’était aperçu de la disparition de la clef, son angoisse, son inquiétude, ses soupçons, son trouble avaient empêché son subconscient de lui révéler le secret. Mais après que son esprit eut retrouvé son équilibre et se fut remis à l’unisson avec son subconscient, l’information put lui être transmise.

Le docteur anglais Hack Tuke, une autorité en la matière, dit : “La mémoire, délivrée de toute distraction comme elle l’est parfois, est assez vive pour rendre le dormeur capable de se souvenir d’événements survenus plusieurs années auparavant et qu’il avait totalement oubliés.”

Profitez de votre sommeil pour fortifier vos pouvoirs et vos possibilités

Maintenant, si, comme nous l’avons vu, le subconscient peut accomplir un vrai travail et nous rendre de réels services, pourquoi ne l’emploierions nous pas tout spécialement pendant le sommeil ? Pourquoi ne profiterions-nous pas de cette grande force créatrice pour fortifier nos pouvoirs et nos possibilités, pour prolonger virtuellement nos journées, notre vie ?

Pensez à ce que nous obtiendrions si nous pouvions maintenir ces fonctions créatrices, qui ne dorment jamais, dans de telles conditions que pendant la nuit, elles

résoudraient nos problèmes, débrouilleraient nos difficultés, exécuteraient nos plans ?

Nous avons déjà des preuves suffisantes de leur travail constructif, mais le témoignage du docteur Tuke, sur ce point, est plein d'intérêt. “Que l'exercice de la pensée continue pendant le sommeil, on n'en peut douter, écrit-il ; des arguments sont employés dans une discussion qui ne sont pas toujours illogiques. Nous avons rêvé une nuit, après une conversation animée avec un ami, sur le spiritualisme, que nous établissions un certain nombre d'expériences probantes s'y rapportant.

Le cerveau travaille jour et nuit

À notre réveil, la nature de ces tests se présentait vivement à notre mémoire. Ils ne manquaient aucunement de mérite, et prouvaient que les opérations mentales s'étaient produites en bonne forme.”

Il est maintenant établi, sans contestation, que certaines parties du cerveau continuent leur activité, la nuit, pendant que les autres sont sous l'anesthésique du sommeil. Mais nous avons à peine commencé à réaliser quelle puissante alliée cette activité pourrait être pour notre développement mental.

Il est bien connu que la majeure partie de la croissance de l'enfant, croissance de son squelette, de ses muscles, de ses nerfs et de tous les différents tissus de son corps, s'opèrent pendant le sommeil, et qu'elle est comparativement faible pendant l'activité du jour.

Il est moins bien connu que notre intelligence se développe aussi, pendant la nuit, le long des lignes de notre idéal, des pensées et des émotions que nous avons éprouvées avant de nous coucher.

“Toutes les analogies tentent à prouver que l'intelligence est toujours éveillée, dit M. Jouffroy. Pendant le sommeil, l'intelligence n'est pas plongée dans un état

spécial, mais elle continue à se développer, absolument comme dans les heures de veille."

Chaque matin, vous vous réveillez différent de ce que vous étiez la veille

En réalité, nous ne nous éveillons jamais tout à fait pareils à ce que nous étions quand nous nous sommes endormis. Nous sommes ou meilleurs ou pires. Nous avons changé pendant que nous dormions. Tandis que nos sens sont engourdis par le sommeil, l'intelligence subjective est active ; elle construit ou démolit.

Je crois fermement qu'en dirigeant intelligemment, systématiquement cette faculté du cerveau toujours en éveil, nous pouvons l'utiliser selon nos désirs.

Pour le moment, la plupart des gens en ne se plaçant pas, avant de s'endormir, dans les conditions nécessaires, non seulement n'usent pas intelligemment de ce merveilleux agent créateur, mais détruisent toute possibilité de bénéficier de son action.

Il est aussi nécessaire de préparer l'intelligence pour le sommeil, qu'il l'est d'y préparer le corps. Le chapitre suivant offrira quelques indications sur ce point.

Chapitre XIV
Comment préparer l'intelligence pour le sommeil ?

Sommeil, doux sommeil, comment t'ai-je effrayé ?

SHAKESPEARE

Il n'y a pas longtemps, j'entendais une jeune dame dire qu'il était impossible à toute femme d'être charmante ou agréable au moment où elle se lève, le matin.

Le révérend docteur Bushnell déclarait que “l'homme qui s'éveille de mauvaise humeur tient du démon”. Ce que nous éprouvons quand nous nous éveillons, le matin, dépend de ce que nous avons ressenti ou pensé en nous endormant.

Endormez-vous avec des pensées agréables

Si nous nous couchons en conservant de la rancune contre un voisin, avec la résolution de “dire son affaire” à quelqu'un qui nous a offensé ; si nous avons de la haine ou de la jalousie dans le cœur ; si nous sommes envieux du succès d'autrui, nous nous éveillons déprimés, fatigués, amers, pessimistes, irritables, malheureux, aussi semblables à un démon qu'il est possible à un être humain de l'être.

Le destructeur a été à l'œuvre toute la nuit, excitant les délicates cellules du cerveau et des nerfs, démolissant furieusement ce que la bienfaisante nature avait pris tant de peine à construire.

Mais quand nous nous endormons avec des pensées agréables, bienveillantes, aimables, nous nous éveillons rafraîchis et heureux. Nos facultés toujours éveillées ont employé les heures de la nuit à faire leur office amical, reconstructeur et bienfaisant.

Tout comme votre corps, préparez votre esprit pour le sommeil

Peu de personnes pensent à préparer leur intelligence pour le sommeil, cependant cette préparation est tout aussi nécessaire que celle du corps. Nous prenons la peine de tenir celui-ci en bon état ; nous nous déshabillons, prenons un bain chaud, nous nous massons le visage avec quelque baume rafraîchissant, nous nous assurons que notre chambre est bien ventilée, et que notre lit est propre et bien confortable, mais nous n'accordons pas une pensée à la préparation de notre intelligence.

Au lieu de faire travailler pour nous, pendant la nuit, nos facultés mentales subconscientes, nous leur permettons de démolir ce que nous avions construit pendant la journée. Durant la nuit, beaucoup d'entre nous deviennent vieux, farouches et ridés, quand ce devrait être tout le contraire, la nature ayant ordonné que la nuit soit le moment du renouvellement de la vie corporelle et mentale.

Si nous préparions notre esprit au sommeil avec la même intelligence et le même soin que nous prodiguons à notre corps, si nous chassions de notre mémoire toutes les images discordantes, tous les soucis et toutes les craintes qui nous ont troublés ou rendus perplexes pendant le jour, au lieu d'avoir un cauchemar-panorama, passant et repassant devant nous pendant la nuit, nous privant du repos nécessaire et neutralisant les forces récupératrices, quelle différence cela ferait pour nos progrès, pour notre vie !

Éloignez vos soucis de votre chambre à coucher

Je connais des hommes dont la vie a été transformée en adoptant l'habitude de se placer dans des conditions harmonieuses, de se mettre à l'unisson avec l'Infini avant de s'endormir. Autrefois, ils se couchaient fatigués, découragés, se faisant du souci pour toutes sortes de choses. Ils discutaient leurs mésaventures le soir avec leur femme,

et s'appesantissaient sur le mauvais état de leurs affaires, sur leurs erreurs et les conséquences qui pouvaient en résulter.

Naturellement, ils se couchaient avec l'esprit troublé, et leurs craintes, exagérées par la tranquillité de la nuit, se gravaient toujours plus profondément dans leur cerveau, et faisaient leur funeste travail, rendant le vrai repos et le renouvellement impossible.

Quand ils eurent réformé leurs habitudes, changé leurs pensées au moment d'aller au lit, leurs affaires s'améliorèrent immédiatement. Ils s'éveillèrent plus forts, plus vigoureux, rafraîchis, plus capables de lutter contre les difficultés, de faire des plans et de les réaliser.

Beaucoup de personnes me disent qu'elles ne peuvent s'empêcher de penser lorsqu'elles sont couchées. Leur cerveau est si actif, si occupé à faire le travail du lendemain qu'il ne peut se calmer avant de longues heures.

Naturellement, vous ne pouvez arrêter votre pensée le premier soir que vous essayez de changer vos habitudes. Mais si vous persistez, en vous faisant une loi de ne permettre à aucune inquiétude, à aucune crainte, à aucune affaire, de quelle espèce que ce soit, d'entrer dans votre chambre à coucher, vous réussirez certainement à maîtriser vos pensées.

Inscrivez cette légende sur la porte de votre chambre, ou dans une place bien en vue : "Ceci est mon lieu très saint, le lieu de la paix suprême et de la force de ma vie, d'où toute discorde est bannie."

En vous déshabillant et en vous couchant, dites-vous : "J'ai fait de mon mieux pendant la journée ; maintenant je cesse de penser, de me faire du souci, de faire des plans, et je me livre à un bon sommeil rafraîchissant qui me préparera pour le travail du lendemain."

Éloignez tout mauvais sentiment de votre chambre à coucher

Prenez aussi la résolution de n’avoir aucun mauvais sentiment, aucune pensée amère envers qui que ce soit. Imaginez que les mots “Harmonie”, “Paix”, “Amour”, “Bonne Volonté envers tous”, sont inscrits en lettres de feu sur les murs de votre chambre.

Répétez-les jusqu’à ce que votre subconscient soit saturé des idées qu’ils expriment, et au bout d’un moment vous vous endormirez l’esprit serein, bien équilibré, rempli de pensées heureuses, joyeuses et créatrices.

Sans doute, jusqu’à ce que la nouvelle habitude soit prise, des pensées contraires s’introduiront dans votre esprit, en dépit de votre volonté, mais vous pouvez ne pas les accueillir. Si vous persistez, vous vous endormirez bientôt comme un petit enfant, et vous vous réveillerez comme lui, le matin, rafraîchi et heureux. Au bout de quelque temps, votre volonté subconsciente obéira à votre commandement, sans aucun effort de votre part.

Le subconscient est en réalité un des agents les plus puissants qui puisse aider l’homme à accomplir ce qu’il désire. L’insomnie par exemple, qui est la malédiction de tant de personnes, peut être entièrement vaincue avec son aide.

Comment vaincre l’insomnie

Si vous vous couchez chaque soir avec l’idée fixe que vous ne pourrez pas dormir, vous êtes dans une grande mesure, la victime de votre croyance. La conviction que vous ne pourrez dormir, imprimée dans votre subconscient, est responsable de la continuation de votre mal.

Nous savons par expérience que nous pouvons nous convaincre nous-mêmes d’une chose en l’affirmant souvent et longtemps. Au bout de quelque temps, la constante répétition établit dans notre esprit la croyance que cette

chose est vraie. Nous pouvons ainsi prendre l'habitude du sommeil aussi facilement que toute autre habitude.

Il est absolument possible, par le moyen de l'affirmation, de la répétition constante, de retrouver le sommeil normal.

Dites-vous : "Tu sais qu'il n'y a aucune raison qui t'empêche à dormir. Rien dans ton état physique ou mental ne peut te tenir éveillé. Il n'y a aucune raison pour que tu ne dormes pas profondément tant d'heures par nuit, et tu vas commencer à dormir ainsi dès ce soir."

Faites de semblables affirmations pendant la journée. Dites-vous : "Cette insomnie n'est qu'une mauvaise habitude. Si tu étais malade physiquement ou mentalement, s'il existait quelques sérieuses défectuosités dans ton système nerveux procurant l'insomnie, ce serait différent. Mais tu n'as rien de semblable ; tu es tout simplement l'esclave d'une obsession déraisonnable, et tu vas t'en affranchir. Tu vas mieux dormir cette nuit, encore mieux demain et les jours suivants. Rien ne peut te tenir éveillé que ta crainte de ne pouvoir dormir."

Soyez fermement persuadés que vous allez dormir facilement et naturellement. Détendez vos muscles et répétez d'une voix tranquille et assoupie : "J'ai sommeil, je vais dormir." Votre subconscient l'entendra, et obéira bientôt automatiquement à votre suggestion.

Soyez systématique dans vos habitudes

Il va sans dire que si l'insomnie est le résultat d'habitudes mauvaises et irrégulières, la victime doit changer ses habitudes avant de pouvoir s'attendre à quelque soulagement.

L'homme est un faisceau d'habitudes. Nous accomplissons la plupart de nos fonctions vitales avec une telle régularité que cet accomplissement devient pratiquement automatique. Cette régularité est nécessaire à

notre santé, à notre succès, à notre bonheur. Ceci est tout spécialement vrai en ce qui concerne le sommeil. Nous devons avoir des heures régulières, être systématique dans nos habitudes, ou notre sommeil en souffrira.

Ce que vous devez faire avant de vous coucher

Surtout, avant de vous coucher, prenez l'habitude d'en appeler au Divin qui est en vous. Demandez-lui de vous élever, de vous améliorer, de vous développer, d'accomplir en vous ce après quoi vous soupirez et que vous ne savez comment obtenir. Cet appel, enregistré dans votre subconscient, travaillera comme un levain pendant la nuit ; et au bout de quelque temps, toutes les forces constructives qui sont en vous s'uniront pour vous aider à atteindre votre but, à réaliser votre vision, quelle qu'elle puisse être.

Toute pensée gravée par le subconscient avant que nous nous endormions est une semence qui germera pendant la nuit, tandis que nous serons inconscients, et produira plus tard une riche moisson. Nous pouvons ainsi corriger nos mauvaises habitudes, nous débarrasser de nos défauts et de nos imperfections, fortifier nos facultés, et vaincre les tendances vicieuses que notre ; volonté n'est pas assez forte pour corriger à elle seule pendant la journée.

Profitons de cette force puissante et mystérieuse

Si, comme cela paraît clair maintenant, le subconscient peut construire ou détruire, nous rendre heureux ou misérable suivant le modèle que nous lui donnons avant de nous endormir, s'il peut résoudre les problèmes de l'inventeur, débrouiller les affaires du commerçant, pourquoi n'en usons-nous pas davantage ? Pourquoi ne profitons-nous pas mieux de cette force puissante et mystérieuse qui peut transformer notre vie, notre caractère, nous conduire au succès et au bonheur ?

Les parents devraient enseigner à leurs enfants comment préparer leur intelligence pour le sommeil, de telle sorte que le subconscient puisse produire quelque chose de beau, au lieu des images terrifiantes qui, si souvent, terrorisent les petits enfants au moment où ils s’endorment, ou quand ils se réveillent pendant la nuit.

Combien souvent nous avons remarqué l’expression troublée, craintive, du visage d’un enfant qui s’était endormi avec des pensées de colère ou de crainte, éveillées en lui par une sévère correction.

Encouragez vos enfants à s’endormir heureux et plein d’amour

Un enfant ne devrait jamais être grondé, effrayé ou tracassé au moment du coucher. On devrait l’encourager à s’endormir heureux et plein d’amour. Alors son visage refléterait ses bonnes dispositions et il se réveillerait dans le même esprit, comme s’il s’était entretenu avec les anges pendant son sommeil.

Les enfants sont particulièrement sensibles à l’influence de nos pensées, de nos suggestions, pendant leur sommeil. Leur caractère peut être formé en grande partie, leur habileté développée, leurs défauts déracinés et leur point faible fortifié pendant le sommeil.

Les suggestions qui leur sont faites à ce moment produisent même plus d’effet que celles que nous leur faisons pendant qu’ils sont éveillés, parce que, tandis que l’intelligence objective se disperse souvent et oublie de reproduire ce qui lui est présenté, l’intelligence subjective absorbe graduellement et reflète chaque suggestion.

Bien des mères ont fait l’expérience de cette vérité, tout spécialement pour corriger de mauvaises habitudes qu’il semblait presque impossible d’atteindre pendant que les enfants étaient éveillés.

Si vous désirez que votre enfant ait un beau caractère, de bonnes dispositions, communiquez-lui de belles pensées au moment où il s’endort, parlez-lui de belles choses pendant qu’il dort. Je crois que le temps viendra où une bonne partie de l’éducation de l’enfant se fera pendant son sommeil. Ses facultés esthétiques, l’amour de la musique, de l’art, de toutes les choses nobles et belles, des talents spéciaux et des possibilités latentes de toutes espèces seront développées par la suggestion.

C’est dans les merveilleuses forces intérieures créatrices que réside le grand secret de la vie. Béni est celui qui le trouve. Doublement béni est celui qui le trouve au début de son existence.

Chapitre XV
Comment rester jeune ?

On ne compte pas les années d'un homme, jusqu'à ce qu'il n'ait rien d'autre à compter.

B.-W. EMERSON.

La vieillesse commence dans le cœur. Quand le cœur se refroidit, la peau vieillit, et les marques de l'âge s'impriment d'elles-mêmes sur le corps, l'intelligence s'affaiblit, l'idéal se ternit et la sève de la vie se perd.

La vieillesse et sa définition

Beaucoup de personnes considèrent la vieillesse comme un temps où, ainsi qu'un auteur l'écrivait récemment, on a “le sentiment que personne n'a plus besoin de nous, que tous ceux que nous avons élevés se sont depuis longtemps engagés dans des chemins où nous ne pouvons plus les suivre, que même le courant de la pensée coule si vite qu'il nous enserre dans un de ses remous, et nous repousse doucement, mais sans espoir, en arrière, alors que nous essayons faiblement de remonter ce courant.”

Il existe une vieillesse de cette espèce, mais non pour ceux qui ont fait face à la vie de la bonne manière.

Une fin aussi pathétique, aussi tragique, n'existe pas pour ceux qui aiment et sont aimés, parce que leur cœur reste ouvert aux joies et aux chagrins de la vie, pour ceux qui conservent un intérêt sympathique à l'égard de leurs contemporains et du progrès du monde, qui gardent leurs facultés intactes par l'usage, et dont l'intelligence, constamment éveillée, s'élargit dans l'amour, au service de l'humanité.

Une vieillesse triste et inutile n'appartient qu'à ceux qui n'ont pas su vivre.

Chacun de nous peut vivre plus longtemps qu'on ne le croit

Notre accroissement en sagesse et en connaissance devrait être la seule indication que nous avançons en âge. Le professeur Metchnikoff, la plus grande autorité en ce qui concerne la vieillesse, croit qu'il est possible de prolonger la vie, tout en maintenant son maximum de vigueur et de fraîcheur jusqu'à la fin de son cycle normal. Alors, l'individu accueillera avec reconnaissance ce qui sera pour lui une délivrance bienheureuse.

À ce moment, l'instinct de la mort, selon Metchnikoff, remplacera l'instinct de la vie, quand le corps s'approchera de la fin naturelle d'un épuisement normal. Ce professeur croit que les hommes pourraient vivre et rester utiles au moins jusqu'à l'âge de 120 ans.

L'auteur de “La philosophie de la longévité” nous dit que l'homme pourrait vivre 200 ans.

Jean Finot dit: “Physiologiquement, le corps humain possède une solidité incomparable. Aucune des machines inventées par l'homme ne pourrait résister une seule année aux contributions incessantes que nous imposons à notre corps. Cependant, en dépit de cela, il continue à remplir ses fonctions.”

Ce qui nous fait horreur, c'est le déclin prématuré des facultés, la diminution de la force, la décadence du corps plusieurs années avant le terme de la vie. Cette crainte de la sénilité s'accroît parce que la vie devient continuellement de plus en plus intéressante. Nous sommes à la veille d'une ère nouvelle et merveilleuse, et toute l'humanité est sur le qui-vive. Jamais, auparavant, la pensée de la vieillesse, représentée par le déclin de l'activité, n'a été si répugnante à l'homme.

Mais pourquoi penser ainsi ? C'est justement la crainte anticipée de la vieillesse qui nous rend vieux, séniles, inutiles.

Les forces créatrices qui sont en nous obéissent à nos suggestions, à nos pensées, et si nous retenons constamment, dans notre conscience, des pensées de vieillesse et de décrépitude, elles se reproduiront dans notre corps.

Il y a quelques années, un jeune homme “mourut de vieillesse” à l'hôpital de New-York. À l'autopsie, les chirurgiens déclarèrent que, quoiqu'il fût âgé seulement de 23 ans, ses organes intérieurs en avaient 80.

Il y a quelque temps, je parlais de la vieillesse avec un homme remarquable, âgé de 60 ans. La pensée des processus inévitables de la caducité l'épouvantait. Peu importe, déclarait-il, les efforts qu'il ferait pour détourner, pour retarder la décrépitude, un moment viendrait où il ne pourrait l'empêcher, et où il deviendrait inutile.

“La conviction que chaque moment, chaque heure, chaque jour me rapproche de ce trou dans la terre, où aucune puissance dans le ciel et sur la terre ne peut m'empêcher de descendre, est constamment présente à mon esprit, disait-il. Cette rétrogradation progressive, continuelle, est monstrueuse. Cette vieillesse décrépite, inévitable, qui me dévisage, me dérobe mon bonheur, paralyse mes efforts, et détruit mon ambition.”

Pensez toujours que vous êtes jeune et vous le resterez

– Mais pourquoi vous appesantissez-vous sur ces choses qui vous terrifient ? lui demandai-je. Pourquoi entretenez-vous des pensées de vieillesse, de décrépitude, d'affaiblissement de vos facultés mentales ? Pourquoi ne chassez-vous pas ces pensées morbides de votre esprit ? Si vous désirez réellement retarder les processus de la vieillesse, il vous faut changer vos pensées.

Effacez de votre esprit tout ce qui a rapport à la vieillesse. Dites-vous : “Dieu est ma vie. Mon esprit ne peut

vieillir, et c'est la seule vieillesse que je pourrais redouter. Aussi longtemps que mon esprit reste jeune, je ne puis vieillir."

Le malheur est que ceux qui avancent en âge se placent eux-mêmes en dehors des conditions qui les maintiendraient jeunes. La plupart des gens ayant dépassé 50 ans commencent à éviter les enfants et la jeunesse. Ils croient qu'il ne sied pas à leur âge d'agir comme lorsqu'ils étaient jeunes, et jour après jour, ils se laissent graduellement envahir par les manières et les habitudes de la vieillesse.

Nous reproduisons dans nos vies les modèles que nous avons dans l'esprit. C'est une loi mentale. Quand vous atteignez l'âge auquel la plupart des gens se déclarent vieux, vous vous imaginez que vous devez commencer à vieillir. Vous commencez à penser que vous avez donné votre maximum, que vous ne pouvez plus supporter ce que vous supportiez autrefois, et qu'il vous faut prendre moins d'exercice, faire moins de travail, et vous reposer beaucoup plus.

Dès que vous vous permettrez de croire que vos forces commencent à décliner, elles le feront, et votre apparence et votre état physique obéiront à votre conviction.

Éliminez les influences négatives qui font vieillir

Si les personnes qui ont vieilli prématurément pouvaient seulement analyser les influences qui leur ont dérobé leur patrimoine de jeunesse, elles découvriraient que, pour la plupart d'entre elles, la fausse conviction qu'elles devaient vieillir à un certain âge, les soucis inutiles – et tout souci est inutile – procurés souvent par la vanité, la jalousie, ou par un tempérament colérique et toutes espèces de pensées malsaines, en sont la cause.

Si elles pouvaient seulement éliminer ces influences dans leurs vies, elles rajeuniraient immédiatement. S'il nous était possible d'effacer toutes les cicatrices et les rides dues

à nos pensées, à notre humeur et à nos passions, la plupart d'entre nous seraient si bien transformés, tellement rajeunis, que nos amis auraient peine à nous reconnaître.

Les pensées de vieillesse, la mauvaise humeur et les passions, font de nous des vieillards dès notre maturité.

Les lois de renouvellement, de rajeunissement sont toujours à l'œuvre en nous, et agiront efficacement si nous ne les neutralisons pas par une fausse manière de penser.

Les changements chimiques opérés dans le sang et les autres sécrétions par le souci, la crainte, les passions violentes ou quelque trouble mental déprimant, mettent en action les processus de la vieillesse.

N'entretenez pas précocement l'idée de vieillesse

Les convictions que nous adoptons, nous les transmettons à nos enfants, et ces convictions se perpétuent constamment à travers les siècles.

Chaque enfant, dans nos pays chrétiens, naît avec la conviction que 60 ou 70 années forment la limite de la vie humaine. Cette conviction s'est cristallisée dans l'humanité, et nous nous préparons déjà à la fin, bien avant la période fixée. Aussi longtemps que nous retiendrons cette croyance, nous ne pourrons enlever de notre esprit la constante suggestion que lorsque nous aurons dépassé la cinquantaine nos forces commenceront à décliner.

L'idée que nous avons atteint la limite de notre croissance, que tout espoir de nouveau progrès doit être abandonné, tend à graver toujours plus profondément dans notre esprit la conviction de la vieillesse, et naturellement les processus créateurs ne peuvent que reproduire le modèle que nous leur fournissons.

Beaucoup de gens ont ce qu'ils se plaisent à appeler un pressentiment qu'ils ne vivront pas au-delà d'un certain âge, et cette conviction devient le point vers lequel converge

toute leur vie. Cette conviction limite le nombre de leurs années.

Il n'y a pas longtemps, je rencontrai dans un banquet un homme intelligent et cultivé qui me déclara être parfaitement sûr de ne pas atteindre un âge avancé. Pour appuyer son affirmation, il me fit remarquer que, dans toute la nature, les plantes les animaux, et toutes les formes de vie qui parviennent vite à la maturité ne vivent pas longtemps, et parce qu'il avait été pratiquement déjà adulte à 15 ans, il était convaincu qu'il mourrait jeune. Il disait qu'il était un peuplier comparé à un chêne ; le peuplier pousse vite et meurt tôt, le chêne croît lentement et vit très longtemps.

Cet homme est tellement persuadé qu'il mourra jeune qu'il ne fait rien pour augmenter la durée de sa vie. Il ne prend aucun soin de sa santé, ni les précautions nécessaires en vue du danger.

“À quoi cela sert-il, dit-il, d'essayer de lutter contre les lois de la Nature ? J'aime bien mieux jouir de la vie tant que je peux, puisque je sais que je dois mourir jeune.”

La suggestion de la mort a fait plus de ravages que toute autre chose

Des multitudes de gens ont leur jeunesse entravée par la conviction qu'ils sont affligés de quelque tare héréditaire, d'une prédisposition à une certaine maladie qui raccourcira probablement leur vie, et cette conviction est si fermement ancrée en eux qu'elle les empêche de se développer complètement.

Il vaut infiniment mieux croire que nous vivrons beaucoup plus longtemps même que nous ne vivrons en réalité, que de perdre de précieuses années en fixant la date de notre mort, simplement parce qu'un de nos parents ou tous les 2 sont morts jeunes, ou parce que nous craignons d'avoir quelque maladie, comme le cancer, qui se développera fatalement au bout d'un certain temps.

Pensez à la pernicieuse influence qu'exerce sur l'esprit des enfants une suggestion pareille ! C'est pourtant ce que nous leur inculquons jusqu'à ce qu'ils ne puissent plus s'affranchir de cette conviction. Nous célébrons les anniversaires et fixons ainsi dans notre esprit la pensée que nous sommes d'un an plus âgé.

Pendant tout notre âge mûr, l'image de la mort est présente à notre esprit, et nous avons l'idée que nous devons l'attendre et nous y préparer pour un certain âge.

En vérité, la suggestion de la mort a fait plus de ravages et troublé plus de vies que toute autre chose dans l'histoire humaine. Elle est responsable de la crainte qui est notre plus grande malédiction.

Le vieillissement est de plus en plus retardé

Un médecin distingué a dit que si l'on parlait aux enfants moins de la mort et plus de l'immortalité, ils resteraient jeunes beaucoup plus longtemps, et atteindraient un âge beaucoup plus avancé que ce n'est maintenant le cas.

Je crois que le temps viendra où la coutume de célébrer les anniversaires, d'insister ainsi sur le fait que nous sommes d'une année plus vieux, d'une année plus près du terme de notre vie, sera abandonnée. Nous nous rendrons mieux compte que l'esprit ne peut être affecté par les années, que sa vraie essence est la jeunesse et l'immortalité.

Dans notre for intérieur, nous réaliserons qu'il y a en nous un principe de vie qui ne connaît ni l'âge, ni la mort. Nous découvrirons que la vieillesse est en grande partie une question d'attitude mentale, et que nous ne devenons que ce que nous sommes convaincus de devenir.

En réalité, la longueur moyenne de la vie s'accroît parce que la science enseigne aux hommes comment ils doivent vivre pour conserver la santé et la jeunesse. Autrefois, les hommes et les femmes vieillissaient plus vite que maintenant, et ils mouraient plus jeunes. Nous ne

pensons pas autant à la mort qu’on n’avait l’habitude d’y penser au moment où notre pays (l’Amérique) fut fondé, alors que se préparer pour la vie future semblait être la principale occupation de nos ancêtres, les Puritains.

Ils ne pensaient pas beaucoup à ce monde, et n’essayaient guère de jouir de la vie. Ils parlaient, priaient, et chantaient en vue de la vie à venir, tout en rendant la vie d’ici-bas sombre et repoussante. Ils oubliaient que la religion enseignée par le Christ n’exclut pas la joie, au contraire.

Ce que vous devez faire si vous désirez rester jeune

Les plus grands adversaires de la vieillesse sont la joie, l’espoir, la bonne humeur, la gaîté, parce qu’ils sont l’incarnation de l’esprit juvénile. Si vous désirez rester jeunes, cultivez cet esprit ; vivez près des jeunes, associez-vous à leur vie, à leurs jeux, à leurs ambitions.

Si vous désirez ne pas vieillir, abandonnez l’attitude et les manières de la vieillesse. Au lieu de marcher les épaules tombantes, et d’une allure traînante, redressez-vous, et mettez de l’élasticité dans votre démarche ; cessez de vous considérer comme un vieillard et de manifester des signes de décrépitude.

L’impression que vous produisez sur les autres réagit sur vous

Souvenez-vous que l’impression que vous produisez sur les autres réagit sur vous. Si ceux qui vous entourent ont l’idée que vous descendez la colline, physiquement et mentalement, vous aurez d’autant plus de peine et d’efforts à faire pour changer cette conviction.

Des progrès ont déjà été réalisés à cet égard. Les dames âgées d’aujourd’hui ne s’habillent plus comme leurs

grand'mères ; elles conservent une apparence beaucoup plus jeune.

Les hommes, en vieillissant, sont moins soucieux de leur apparence. Ils portent la barbe plus longue, laissent tomber leurs épaules, traînent les pieds en marchant, et négligent leur toilette. Ils ne se donnent pas autant de peine pour conserver une apparence jeune que les femmes. Celles-ci recourent à toutes sortes d'expédients pour effacer les signes de l'âge et garder leur charme et leur attrait.

Il vieillit celui qui croit qu'il vieillit, celui qui croit qu'il est jeune reste jeune.

La puissance de l'influence mentale

Nous constatons la puissance de l'influence mentale dans la façon merveilleuse avec laquelle nos actrices et nos acteurs de grand opéra conservent leur jeunesse, parce qu'ils sentent qu'il leur est indispensable de la conserver.

Si Sarah Bernhardt, Adelina Patti, Lily Lehmann, Mme Schumann-Heink, Lillian Russels, et bien d'autres, avaient embrassé une autre vocation, il est fort probable qu'elles auraient paru 10 ou 20 ans plus âgées.

On peut citer trop d'exceptions à la croyance populaire que l'homme commence à décliner à 50 ans, pour que qui ce soit se laisse influencer par elle.

En réalité, nous devrions donner notre maximum après 50 ans. Si le cerveau est maintenu actif et jeune, et si les cellules cérébrales ne sont pas affectées par une vie vicieuse, le souci, la crainte, l'égoïsme, ou par une maladie provenant d'une mauvaise manière de vivre et de penser, l'intelligence croîtra constamment en vigueur et en force.

Les hommes et les femmes à l'intelligence vive et forte le prouvent jusqu'à 80 et même jusqu'à 100 ans. Je connais bien des hommes entre 70 et 80 ans qui sont aussi forts et vigoureux aujourd'hui, physiquement et mentalement, qu'ils

l'étaient il y a 20 ans. Je causais récemment avec un homme d'affaires qui tomba malade de surmenage à 40 ans, mais qui est maintenant, dans sa 80ème année, plus élastique de corps et d'esprit que beaucoup d'individus de 50 ans.

Cet homme ne croit pas à la vieillesse parce qu'il sait qu'il ne possédait pas, il y a 10 ans, la moindre parcelle du corps qu'il possède aujourd'hui. “Pourquoi, dit-il, ferais-je peser mes 80 ans sur les nouvelles cellules de mon corps, quand pas une d'entre elles n'a plus du quart de cet âge ?”

Les cellules de nos corps sont toutes fréquemment renouvelées

Beaucoup d'entre nous ne comprennent pas ce fait biologique que la Nature nous confère elle-même un pouvoir de renouvellement perpétuel. Aucune des cellules de nos corps ne peut devenir très âgée, parce qu'elles sont toutes fréquemment renouvelées.

Les physiologistes nous disent que les cellules de quelques muscles sont renouvelées en peu de mois. D'autres autorités estiment que 80 à 90 % des cellules du corps d'une personne d'activité moyenne sont entièrement remplacées dans l'espace d'une couple d'années.

Cependant, notre attitude mentale est ce qu'il a de plus important. Il n'y a aucune possibilité de rester jeune, lorsqu'on est convaincu qu'on doit inévitablement manifester les signes de la vieillesse.

Les pensées de vieillesse s'impriment elles-mêmes dans les nouvelles cellules du corps, de telle sorte qu'elles paraissent bien vite avoir 40, 50, 60 ou même 70 ans.

Il est impossible aux processus de sénilité de maîtriser notre organisme ou d'opérer de sérieux changements dans notre corps, à moins que notre esprit n'y consente.

L’autosuggestion de la jeunesse perpétuelle

Affirmez donc constamment : “Je suis jeune parce que je me renouvelle perpétuellement ; ma vie découle à chaque instant de la Source infinie de la vie. Je suis renouvelé chaque matin, et rafraîchi chaque soir, parce que j’ai la vie, le mouvement et l’être en Celui qui est la Source de toute vie.”

Affirmez ceci non seulement mentalement, mais à haute voix. Que cette image de rajeunissement perpétuel vous devienne si vivante, que vous sentiez le frémissement du renouvellement juvénile dans tout votre organisme.

Quand le cœur n’est plus jeune

Bien des personnes essayent de guérir les ravages physiques, amenés par une fausse manière de vivre et de penser, en cherchant à réparer leur corps de l’extérieur.

Les “Instituts de Beauté” de nos grandes villes sont assiégés par des femmes qui essayent désespérément de conserver leur apparence jeune, sans comprendre que l’élixir de jeunesse est dans leur propre esprit, et non dans des flacons ou des boîtes. Y a-t-il rien de plus triste que de voir une vieille dame (réellement vieille parce que son cœur n’est plus jeune) avec un visage peint ou maquillé, et habillée comme une jeune fille ?

Une telle femme ne trompe qu’elle-même. Les autres voient la vieille peau fanée sous le rouge, et découvrent les rides qu’elle a essayé de dissimuler. Essayer de guérir les ravages de la vieillesse, sans en enlever la cause, n’a jamais réussi et ne réussira jamais.

Quand le cœur se refroidit, quand on cesse d’avoir de la sympathie et de l’intérêt pour la vie des autres et qu’on ne cherche plus à les aider, les ravages de la vieillesse apparaissent, en dépit de tous les “Instituts de Beauté” du monde.

Je connais des personnes âgées, riches et indolentes qui ne peuvent comprendre pourquoi elles vieillissent si rapidement en ayant une vie aussi facile, aussi exempte de souci que la leur. Le fait est que ces personnes sont dans un état de stagnation, et rien ne vieillit plus vite que la stagnation mentale et physique. Un travail utile, de n'importe quelle sorte, est le prix de toute croissance réelle, de toute vraie expansion.

Les éternelles essences de la jeunesse

Celui ou celle qui se complait dans la paresse en paye le prix par une constante détérioration physique, mentale et morale. Un vaisseau, constamment ancré au port, pourrit et se détruit beaucoup plus vite qu'un vaisseau constamment en mer. Toutes les forces de la nature semblent se combiner pour corroder et détruire les choses inutiles, les gens paresseux.

Le travail, l'amour, la bonté, la sympathie, la bienveillance désintéressée, voilà les éternelles essences de jeunesse, qui ne vieillissent jamais, et si vous les possédez, elles agiront comme un levain dans votre vie, enrichissant votre nature, adoucissant et ennoblissant votre caractère, et prolongeant votre jeunesse, même jusqu'à la 100ème année.

Nous commençons à comprendre que la Fontaine de Jouvence est en nous-mêmes, dans notre propre mentalité. Un rajeunissement et un renouvellement sont possibles au moyen de la pensée juste. Nous avons l'âge que nous pensons avoir, parce que notre pensée et nos sentiments maintiennent ou changent notre apparence, dans la mesure exacte de leur persistance ou de leur variation. Il est impossible de paraître jeune et de rester jeune à moins de se sentir jeune.

Chapitre XVI
Notre unité avec la Vie infinie

Celui qui vit le mieux et le plus intensément est celui qui fournit à Dieu le plus d’occasions d’agir en lui. Si nous savions réellement comment avoir la vie, le mouvement et l’être en Lui, consciemment et à chaque instant, nous connaîtrions la vraie vie. Nous serions satisfaits, car alors nous nous éveillerions à sa ressemblance.

“Au plus profond de chaque cœur qui n’a pas émoussé le sens de sa vision intérieure, se trouve la croyance que nous sommes un avec quelque grand pouvoir inconnu et invisible, et que, d’une façon ou d’une autre, nous sommes inséparablement unis avec la conscience infinis.”

Nous sommes tous membres de la même grande famille humaine

Au commencement de la grande guerre européenne, un soldat juif se trouvant en première ligne d’un bataillon russe, engagea un combat corps à corps avec un soldat autrichien du bataillon ennemi. Dans cette rencontre désespérée, le Juif russe planta sa baïonnette dans la poitrine de son adversaire.

Comme celui-ci, un Juif autrichien, tombait mortellement blessé, il murmura dans son dernier souffle la prière hébraïque qui commence par : “Écoute, ô Israël...” Le Russe, comprenant qu’il avait tué un frère juif, fut rempli d’horreur, et tomba sans connaissance sur le champ de bataille. Lorsqu’il revint à lui, il était fou.

Quand les hommes comprendront-ils que nous sommes tous frères, tous membres de la même grande famille humaine, enfants du même Père qui est Dieu ? Quand comprendrons-nous que, quoique des océans et des continents nous séparent, quoique nous puissions parler des

langues différentes, quoique nous puissions différer de race, de couleur et de religion, nous sommes cependant si étroitement unis en pensées et en motifs, que nos intérêts les plus vitaux sont identiques.

Frères malgré les différences et les distances

En dépit de toutes les différences extérieures, cet invisible lien qui fait de toute l'humanité une seule et grande famille, se manifeste même sur les champs de bataille. Là, des hommes qui se sont battus et blessés deviennent amis, et apprennent à sentir leur fraternité.

Combien de fois des soldats qui avaient été des ennemis acharnés dans la bataille, et avaient essayé de se tuer mutuellement, ont découvert, alors qu'ils gisaient les uns à côté des autres dans des lits d'hôpital, qu'ils étaient frères par le cœur, sans le savoir. Si ces hommes avaient pu lire dans l'âme des autres, ayant la bataille, comme ils le font maintenant à l'hôpital, jamais ils n'auraient tiré et essayé de se blesser mutuellement.

En dépit de nos erreurs, de nos fautes, de nos crimes, les nations se rapprochent les unes des autres. Les découvertes scientifiques, de merveilleuses inventions, l'usage toujours plus répandu de la vapeur et de l'électricité, la conquête de l'air, tout ceci unit et unifie les intérêts de l'humanité, et met en rapport les contrées les plus distantes du globe. L'Occident et l'Orient ne sont plus opposés.

Ils commencent à se connaître et à se respecter mutuellement, à apprendre l'un de l'autre. Ils commencent à réaliser, dans son sens le plus large, la vérité émise par Kipling : "Il n'y a plus ni est, ni ouest, ni frontières, ni races, quand 2 hommes se rencontrent, même s'ils viennent chacun des extrémités de la terre."

Notre union indestructible avec le Créateur de la vie

Les savants amoncellent preuve sur preuve de l’unité, non seulement de l’humanité, mais de tout ce qui existe dans l’univers, de l’unité de toute vie. Ils démontrent qu’il n’y a qu’une substance, qu’il n’y a qu’une force éternelle ou essence dans l’univers, et que tout ce que nous voyons n’en est que l’expression variée.

Tout, autour de nous, n’est qu’une modification, un changement de forme de cette substance universelle, exactement comme l’électricité manifeste sa force sous des formes diverses, dans sa puissance déchaînée qui fend les arbres géants et détruit les plus grands bâtiments, ou dans sa puissance, maîtrisée par l’homme, qui sert à faire mouvoir les trains, à éclairer nos maisons, à fournir la chaleur ou la force pour les usages domestiques ou industriels.

La leçon suprême que nous devons retirer de tout ceci est notre union indestructible avec le Créateur de la vie, cette unité éternelle de l’esprit, cette union avec le Père que le Christ est venu nous révéler.

“Moi et le Père nous sommes un.” “Je suis le cep, vous êtes les sarments.” Nous sommes aussi étroitement unis les uns aux autres, et tous unis au Père, que les sarments le sont au cep.

Quand nous sommes conscients de notre union avec l’Infini, nous ressentons une force additionnelle, exactement comme les sarments ressentent la force de la vie qui circule entre eux et le cep. Séparé du cep, le sarment se dessécherait ; il découvrirait qu’il ne peut rien produire de lui-même, et au bout de peu de temps il serait mort.

La séparation avec la Source de notre vie nous emmène à la souffrance et à la mort

Quand nous séparons une fleur de sa tige, elle commence à se faner parce qu'elle est séparée de la source de sa vie, et elle meurt au bout de quelques heures.

Dès que nous nous séparons de la Source divine, nous commençons à dépérir, à nous ratatiner et à mourir ; rien ne peut arrêter ce processus de dépérissement. Séparés de la Source de notre vie, nous sommes comme le sarment détaché du cep, comme la fleur arrachée de sa tige.

Mon expérience m'a démontré que les personnes qui, pour différentes causes, se sentent séparées de la source divine des choses, souffrent intensément de la crainte. Elles sont remplies d'une terreur vague, mais insurmontable, qui les opprime d'autant plus qu'elle dépend de l'invisible. Elles sentent obscurément que, semblables à des météores qui ont dépassé les limites que la loi de la gravitation leur imposait, elles ne sont plus que des atomes humains isolés, qui n'ont pas l'assurance d'être sous la protection d'une puissance qui les guiderait et les soutiendrait.

N'oubliez jamais que la force divine est en vous

Les victimes de certaines maladies nerveuses sont souvent accablées par une sensation d'isolement complet, par la sensation d'être séparées de tout soutien, et elles éprouvent la même terreur qu'un enfant ayant perdu son chemin et ne sachant de quel côté se tourner. À un moindre degré, et temporairement, les gens qui ont peur de l'orage souffrent de ce sentiment de séparation, de solitude.

Tous ceux qui souffrent de cette manière éprouveraient un grand soulagement en s'appuyant sur des textes bibliques comme ceux-ci : “En lui, nous avons la vie, le mouvement et l'être.” “Le Père est en moi et je suis dans le Père.”

Ces passages renferment une vérité absolument scientifique. Nous ne pouvons avoir la vie, le mouvement

ou l'être en dehors du Pouvoir qui nous a faits, qui nous soutient et nous supporte, et quand nous avons pris conscience de ce fait, nous éprouvons une sensation de sécurité parfaite que rien d'autre ne pourrait nous donner.

Notre force individuelle vient de la conscience de notre unité avec l'Omnipotence, tout comme notre force nationale dérive de notre union avec les autres peuples. Chaque être humain est comme une goutte d'eau dans l'océan ; il n'est pas indépendant ; il ne peut travailler seul. Consciemment ou inconsciemment, il est une partie des masses qui l'entourent ; et son existence, son succès, dépendent largement de son union avec les autres.

Nous sommes la partie la plus importante du tout prodigieux créé par Dieu

Si une goutte de l'océan pouvait se séparer de la masse des eaux et essayer de vivre une vie indépendante, elle cesserait bientôt d'exister. Un homme ne peut accomplir de grandes choses tout seul. Ses succès dépendent de son union avec les autres hommes. Sa dignité et sa force sont renforcées par l'organisation ou l'association dont il est une unité, tout comme un câble est renforcé par la somme de la force de chacun de ses fils.

“La nature, a dit Humboldt, est l'unité dans la diversité de manifestations, un tout prodigieux, animé par le souffle de la vie.”

Quand nous parvenons à la réalisation consciente de cette vérité que nous sommes une partie, la partie la plus importante du tout prodigieux créé par Dieu, et que nous travaillons en coopération avec lui, nous entrons en possession d'une puissance et d'une dignité qui rendent notre vie sublime.

La foi en l’Intelligence divine cosmique

Les grands esprits de tous les âges ont tiré leur force de la Source invisible, de leur union vitale avec la Puissance qui crée, et qui travaille pour et en chacun de nous. Ils ont cru aussi à la grande mission de l’humanité, cru au plan divin qui se déroule dans l’univers, qui travaille pour la justice, et dirige les destinées de l’humanité.

Cette foi au grand courant humain se dirigeant vers Dieu a caractérisé même ceux qui ne professent pas ouvertement la foi religieuse. Leur foi dans la divinité de l’humanité a été un des puissants facteurs de leur caractère et la source de leur puissance.

Cette même foi, cette confiance indestructible dans l’Intelligence divine cosmique, a apporté un vrai réconfort, du repos d’esprit et du bonheur à de vastes multitudes d’êtres humains.

Pour être une réelle puissance constructrice dans ce monde, la force cérébrale ne suffit pas à l’homme, il lui faut le contact divin, la certitude d’être dans le courant qui se dirige vers Dieu. Sans cela nous ressentons un vide, un ardent désir de quelque chose que nous ne connaissons pas. Sans cela, même si nous sommes très bien doués physiquement et mentalement, nous ressemblons à une voiture électrique parfaitement organisée, prête pour le service, mais à laquelle manque le trolley qui la mettra en communication avec le courant électrique.

La Divine Énergie

La Divine Énergie ne peut nous pénétrer que lorsque nous nous sommes unis à quelque chose se trouvant au-delà du plan physique et mental. Nous devons mettre notre trolley en contact avec la Source infinie de la Puissance par la contemplation, la prière, l’action bonne, le service dévoué, l’effort honnête pour agir de notre mieux. Nous ne

pouvons obtenir le contact divin dans un but égoïste ou cupide.

Il est étrange que les êtres humains se séparent eux-mêmes de ce courant divin et essayent de le remplacer par leurs faibles forces propres.

Faites une bonne action et adonnez-vous à une noble tâche

Cependant, chaque fois que nous faisons le mal sciemment, chaque fois que nous nous départons de la vérité, que nous commettons une action déshonnête, indigne, nous nous séparons nous-mêmes du Pouvoir et relâchons l'étreinte omnipotente qui nous soutient. Nous rompons le contact, et nous devenons la proie de toutes sortes de craintes et de doutes.

Il a énoncé une grande vérité celui qui a dit que "lorsqu'un homme commet une mauvaise action, il se lie lui-même au chagrin". À cause de l'unité de toute vie, il a établi une relation entre lui-même et tout le courant humain de mauvaises influences ; il s'est mis en rapport avec les forces qui, dans l'univers, conspirent pour le tirer en bas, pour l'éloigner toujours plus du Créateur et de l'Inspirateur de tout bien.

Le contraire est également vrai. Qu'un homme commette une bonne action, qu'il s'adonne à une noble tâche, et toutes les forces créatrices, bienfaisantes accourront à son aide. Ses forces seront augmentées par le pouvoir additionnel de tous ceux qui travaillent dans le même esprit, sur le même plan que lui.

Toutes les bonnes choses vibrent à l'unisson ; elles appartiennent à la même famille. De même toutes les mauvaises choses vibrent à l'unisson et forment une seule famille. Quand vous attirez l'une d'entre elles, vous attirez aussi les autres, parce qu'elles sont toutes sur le même plan.

Adoptez la bonne attitude

Une disposition au découragement, à la mélancolie, par exemple, entre en rapport avec toute la famille des découragés et des mélancoliques qui viennent renforcer cette mauvaise disposition.

Si nous entretenons des pensées de pauvreté, de crainte de manquer du nécessaire, nous nous unissons à toutes les vibrations de pauvreté qui sont dans l’univers, et tout ce qui a une affinité quelconque avec la pauvreté se précipite vers nous par le courant que nous avons établi.

Partant du même principe, celui qui a des pensées gaies, optimistes, celui qui s’est mis en contact avec le courant de l’opulence s’est allié avec toutes les forces créatrices et productrices de l’univers.

Autrefois, on croyait que toutes nos perceptions ou nos impressions ne pouvaient pénétrer en nous que par nos 5 sens, mais nous savons maintenant qu’il y a bien d’autres avenues par lesquelles nous pouvons communiquer les uns avec les autres. Il y a une communication mentale, spirituelle, qui est bien plus intime, plus réelle, que celles que nous pouvons établir par le contact physique ou la parole.

Nous sommes unis avec Dieu et avec les autres hommes

Nous pouvons rester assis pendant des heures à côté de ceux avec lesquels nous nous sentons en sympathie, sans les toucher, sans leur parler, sans même les regarder, et pourtant jouir de la plus douce et la plus délicieuse des relations.

Nous sommes conscients que nos esprits communiquent entre eux, d’une manière plus profonde, plus subtile, plus satisfaisante qu’ils ne pourraient le faire par le contact physique ou au moyen des sens.

En réalité, il y a dans la vie bien des choses si sacrées que la parole les profanerait plutôt qu’elle ne leur ferait du bien. Nous sentons que les mots seraient trop rudes pour dépeindre les plus exquis sentiments, trop maladroits pour exprimer notre sympathie, pour manifester l’amour de 2 âmes qui se sentent à l’unisson.

L’esprit voit des beautés que nos yeux n’aperçoivent pas. L’oreille mentale perçoit des harmonies, des mélodies, que le nerf auditif ne peut entendre.

Par son étroite union avec Dieu, l’âme reçoit des perceptions que même l’intelligence ne peut comprendre.

Par le moyen de ce contact avec le Dieu qui est en nous, nous pouvons accumuler une force qui révolutionnera nos vies. Ici même, dans notre propre être, nous pouvons libérer des courants d’énergie infiniment plus puissants que toutes les forces physiques.

L’éther cosmique ou la substance universelle est la source de toute ressource, aussi bien que de cette divine puissance que la plupart des gens excluent de leur vie, parce qu’ils ne savent pas comment s’unir avec elle. Ils ferment résolument leur intelligence au divin influx, en refusant de croire à tout ce qui n’est pas démontrable par les sens.

La plupart d’entre nous sont très sceptiques quant à la réalité de l’invisible. Nous sommes des Thomas douteurs qui ne nous laissons convaincre que par ce qui est matériel, par ce que nous pouvons voir, toucher ou sentir.

Si les enfants pouvaient être élevés dans une atmosphère différente, si on pouvait leur enseigner, dès leur entrée dans la vie, à atteindre mentalement les réalités invisibles et à les utiliser, tout comme ils utilisent des choses matérielles, il y aurait comparativement peu d’insuccès.

Même les pires criminels peuvent toujours retrouver leur unité avec la Divinité

Il était dans l'intention de Dieu que l'homme vive en contact perpétuel avec son Créateur, qui l'aurait maintenu à l'unisson avec tout ce qui est bon, pur, bienfaisant et vrai, mais malheureusement nous perdons constamment ce contact, et nous nous rendons nous-mêmes faibles et impuissants, quand nous pourrions être forts, puissants et créateurs.

Vivre en communication constante avec le divin courant qui traverse toute la création, c'est être en contact réel avec la Divinité, et sur le chemin du succès divin.

Aucune puissance extérieure ne peut supprimer notre contact avec ce courant. Même les pires criminels, ceux qui ont été exclus de la société, peuvent toujours retrouver leur unité avec la Divinité, s'ils le veulent. Le Créateur ne les a pas retranchés, ni exclus. Ce sont eux qui ont coupé la communication. Dieu ne voudrait pas foudroyer, ni écraser de sa colère le plus misérable des êtres, même si celui-ci le maudissait de l'avoir créé.

Le grand amour du Père continuerait à le soutenir, à le maintenir en vie, à le nourrir ; il permettrait au soleil de luire sur lui, aussi bien que sur le plus grand prince. Tous les bienfaits de la nature continueraient à lui être prodigués aussi librement qu'à l'adorateur le plus dévoué.

Soyez parfait

Si l'humanité pouvait seulement saisir cette suprême vérité, à savoir son unité avec le grand Principe créateur de l'univers, elle serait transformée. La crainte serait bannie. La paix et l'harmonie entreraient dans nos vies. Nous éprouverions une sécurité, une satisfaction et un bonheur inconnus jusqu'alors.

Tant que nous ne réalisons pas notre unité avec Dieu et avec les autres hommes, nous ne pouvons parvenir à notre

stature complète, nous ne pouvons utiliser les nombreux pouvoirs qui sont à notre commandement.

Sans cette réalisation de notre unité avec Dieu, nous ne pouvons atteindre cette virilité glorieuse, qui répond au modèle que le Créateur avait en vue en créant l'homme.

Il faut que celui-ci comprenne qu'il n'a pas seulement été créé par son Dieu, mais qu'il est à jamais uni à lui, qu'il est une manifestation de la Divinité.

Cette unité de l'homme avec son Créateur est le principe qui doit finalement transformer tous les êtres humains en êtres parfaits.

Table des matières